

# மங்கையர் மலர்



குழந்தையின்  
ஆற்றலை  
அதிகரிப்பது  
எப்படி?

இதயம் தொடர் இதயவர்





# 'மனம் போல் மாங்கல்யம்'

'மனம் போல் மாங்கல்யம்' அமைவது இறைவன் அளிக்கும் வரம். 'தன் கணவன் இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும்' என்ற வண்ணக்களவுகள் ஒவ்வொரு மங்கையின் இதயத்திலும் இருக்கும். அவரவர் ஆசைப்பட்ட எல்லா குண நலன்களும் உடைய கணவன் ஒவ்வொரு மங்கையின் இதயம் தொட்ட இனியவர் ஆகிறார். இதற்கு மாறாக, எதிர் பார்ப்புகள் ஏமாற்றம் ஆகும் பொழுது.....?

**தனந்தயுக் கற்றரம் தயு அவற்றம்  
மிகைதயு மிக்க கெடல்**

\* என்ற வள்ளுவர் வாக்கிற்கு ஏற்ப குறைகளை விட்டுக் கொடுத்து நிறைகளை ஏற்று ஒருவருக்கொருவர் அனுசரித்து இல்லத்தினை இனிமையாக்கும் கணவன் மனைவியும் உண்டு.

உங்கள் கணவர் இப்படிப் பட்டவராகத்தான் இருக்க வேண்டும் என்று பல ஆசைகளையும் எண்ணங்களையும் இதயத்தில் கற்பனை செய்து வைத்திருந்திருப்பீர்கள். நீங்கள் கனலில் கண்ட கணவர் பற்றிய கற்பனைகளை எங்களுக்கு எழுதி அனுப்புங்கள்.

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட கருத்துக்களை எழுதிய 500 மங்கையர்க்கு ரூ.300 மதிப்பள்ள காப்பர் பாட்டம் பாத்திரம் (Copper Bottom Vessel) இதயத்தின் பரிசாக வழங்கப்படும்.

உங்கள் கருத்துக்கள் எங்களுக்கு கிடைக்க வேண்டிய கடைசி தேதி : ஜூலை 15, 1998.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

**IDHAYAM**

Post Box No.19, Virudhunagar - 626 001.

பெயர் : \_\_\_\_\_

முகவரி : \_\_\_\_\_



## இதயம்

நல் லெண் ணெய்



எந்ததும் பாதுகாப்பும் அளிப்பதவே  
ஒரு உண்மையான மீட்டிங் சோப்.  
மெடிமிக்ஸ் இரண்டும் தகுது.  
**இதை மட்டும் மறந்திடாதே!**

**இப்போது புதிய நறுமணத்துடன்**

பரிபூரண  
ஆபர்வேத  
குளியலுக்கு



குடும்ப  
பாாமரிப்பு சோப்  
**மெடிமிக்ஸ்**

75 கிராம் மற்றும் 125 கிராம் பாக்கிலும் கிடைக்கிறது.

Visit us at <http://www.medimixindia.com>

மலர்: 18  
இதழ். 6

சில வார்த்தைகள்...	→ 7
மனிதாபிமானத்திற்கு பட்டம் தேவையில்லை	- 11
பட்டங்களைப் பெற்றாலும் திறமைகளை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்	- 16
வனஜாவின் கணவன் - சுப்ரமணியன் ரவிச்சந்திரன்	- 20
பிரம்மாஸ்திரம் போன்ற சூழ்பகலாமுகி தேவி	- 26

## மாங்கையர் மலர்

பெண்களும் நிறங்களும்	- 31
மகளின் கை தட்டல் - கவிதை	- 37
குழந்தையின் ஆற்றலை அதிகரிப்பது எப்படி?	- 38
பிரச்சனையா தோ பராபளம்...!	- 47
ஜீனியஸ் - இரா. முரளி	- 52
இம்மாத இல்லத்தரசி	- 59
வீட்டுக்குள் தோட்டம்	- 63
இனியவளே - ரேவதி பாலு	- 68

ஜூலை '98



# கல்கி

5.7.98 இதழில்...

## ● உலகக் கோப்பை

கால்பந்து:

விறுவிறுப்பான,  
ஏராள சுவைகள்!

## ● “டெலிபோனில் காதலித்தோம்; எதிர்ப்புகளை மீறி மணம் புரித்தோம்!

- சச்சின் டெண்டுல்கரின்  
மனைவி சுவாரச்வமாயா  
பேட்டி

## ● கம்ப்யூட்டரில் கர்நாடக இசை!

- சென்னை  
இளைஞர்களின் சாதனை



## ● சுமி சூப்பர் மார்க்கெட்

— சுட்டிப்பெண்ணின்  
‘நறுக்’ கிமண்டஸ்!

ஆரோக்கியமாக

இருக்கலாம். தப்பில்லை! — 74

தனித்தன்மையுடன்  
இருங்கள்! — 79

மீண்டும் ‘திற்க’ உதவுகிறார்... — 85

‘ஓம் பீச்’ போகலாமா? — 94

இந்த மாத  
‘நேரம் ஸ்டைல்’ — 90

மெதுவாக முதிர்ச்சி  
பெறும் ஆண்கள் — 103

மணல் ஓயியம் — 106

கல்பாண வேலிகள் — 108

முற்பகல் செய்யின்...  
— மதுமதி — 116

திரூஸ் சாலட் — 123

டி.வி.யைக் காட்டி  
சோறுட்டுகிறார்கள் — 128

வயதானவர்களுக்கு  
மூட்டு வலியை — 131

இந்த மாதம் எப்படி? — 139

இரவில் பஸ், ரயில்வே  
ஸ்டேஷனில் எதுவும்  
வாங்காதீர்கள் — 145

பட்டாம்பூச்சியாய்ப்  
பறப்போம்! — 146

டி.வி.யை திறுத்துங்கள் — 149

மேக் இட் ஈஸி புலாவ் — 151

கவனக்குறைவின்  
பலி குழந்தைகளே — 155

தீங்களும் தெரிந்து  
கொள்ளுங்களேன் — 161

இனி கண்ணாடி அணிய  
வேண்டாமே — 164

உலகம் உன் கையில் — 171

அழகுக்கு அழகு செய்ய — 177

புக ஃபெஷல்ப் — 179



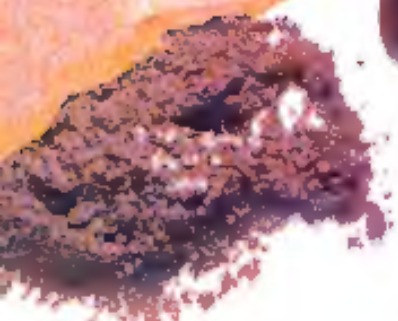


# COFFEE BAR

Iced or Steamy Hot



புதிய நூதன பெரெனன்ஸ் :  
அடிப்படை, வண்ணங்களுக்கு  
அப்பாற்பட்டது. இதமான காஃபி  
வண்ணச் சாயங்கள்... இது நீங்கள்  
அணித்திடும் அனைத்துக்கும் ஒரு  
புதிய மேன்மை  
தோற்றத்தையளிக்கும்.



# REVLON

REVOLUTIONARY

புதிய நூதன பெரெனன்ஸ் : அடிப்படை, வண்ணங்களுக்கு அப்பாற்பட்டது. இதமான காஃபி வண்ணச் சாயங்கள்... இது நீங்கள் அணித்திடும் அனைத்துக்கும் ஒரு புதிய மேன்மை தோற்றத்தையளிக்கும்.

Revlon Cosmetics, New York, NY, USA. Revlon Cosmetics, New York, NY, USA. Revlon Cosmetics, New York, NY, USA.



# இனி வினோதமும் சித்ரவதைக் கூடங்கள்!

**இப்போதுதான்**

பள்ளிகள் திறந்திருக்கும். நிறைய பள்ளியில் சேர்த்திருப்பார்கள். ஏராளமானவர்களின் வீடுகள் இவியேல் எம்மேலாகத்தின் சித்ரவதைக் கூடமாக மாற ஆரம்பிக்கும். ஆமாம், பிடுக்கக் குழந்தைகள் தாய் தந்தை எழும் எமலிங்கரர்களிடம் மாட்டிக் கொண்டு பட்டப்போதும் அவ்வத்தை வயத்தான் சொல்கிறேன். நான் இப்படிச் சொல்வது யாரையும் புண்படுத்தவோ, அவமானப்படுத்தவோ இல்லை, பார்க்க, கேட்கச் சலிக்காமல்தான் எழுதுகிறேன்.

நான் பார்த்த ஒரு வீட்டில் பெற்றோர் வேலை நிறித்தம் பாட்டி ஷிடம் தன் மகனை விட்டுச் சென்றிருந்தனர். சாதாரணமாக தூத்தா பாட்டிகள் பேரன் பேத்திகளை அடிப்பதில்லை. சொல்லம் கொடுப்பதற்கு அவர்களுக்கு திகர் யாருமில்லை என்று கூடச் சொல்லலாம். ஆனால் இந்தப் பாட்டி அந்தப் பெண்ணை அடிக்கும் அடி இருக்கிறதே. நமக்கு மனசெல்லாம் பதலும். பல நாட்கள் ஃபனாட்டின் வெளியில் தள்ளிக் கதவைச் சாத்தி விடுவார். அவன் 'பயமாயிருக்கு பாட்டி...' என அழுப்போது மனம் அழும.

ஒருசில விதிவிலக்குப் பாட்டிகளை இப்படியென்றால் அம்மா அப்பா கதையைக் கேட்கவே வேண்டாம். குழந்தைகளுக்குப் 'பொது பொது'வென பூ மாதிரி அமைந்திருக்கும் கண்ணங்களும், 'ஸ்பாஞ்ச்' போல அமைந்திருக்கும் கைகளும், தொடைகளும் இவர்கள் சிள்ளுவதற்கும் அடிப்பதற்கும் எனவே நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். தங்கள் கைகள் நொருமோ என ஸ்கேல், பேட் என சகட்டுமேனிக்கு உதவிக்கு அழைத்துக் கொள்ளுகிறார்கள். அடிக்கும்போது முதலில் நாலு அடி அடிக்கும் போது தான் அம்மா என்ற நினைவு இருக்கும். அப்புறம் கோபத்தின் உச்சத்தில் ராட்சச மனம் விழித்துக் கொண்டு நான் தாய், நன் முனைப்பாலால் அந்தக் குழந்தை உயிர் பெற்று வளர்ந்து என்பதெல்லாம் மறந்து நொறுக்கித் தீர்க்கும் வரை வெறி அடங்குவதில்லை. எதற்கு இந்தனைக் கலாட்டா..?

அந்தப் பிடுக்கக் குழந்தைகள் முதல் ரேங்க் வாங்கவில்லையாம், டிரோம்-ஒர்க் செய்யவில்லையாம்.

இப்படி அடிக்கும் பெரும்பாலானவர்கள் சொல்லும் பதில் 'என் குழந்தை நான் அதை அடிப்பேன், கொல்லுவேன். நீங்கள் யார் அதைக்



மஞ்சளா ரமேஷ்

சிறப்பு: இவ்வுரையைக் கேட்டுக் கொள்ளும் சிறுவர்களுக்கு அறிவு பிழங்கும்

**MEDIMUX**

**EasyBowl** Capsule  
HERBAL LAXATIVE

**பெரியகல் ஈணி பெளல் கெய்லர்**

ငါ့အဖေအမိတို့၏ ငါ့အဖေအမိတို့၏

gavin@bigfoot.com

[illegible]

முத்தமிழகம் : 200 ஆகஸ்ட் 1955 : 47-வது பக்கம்  
47-வது பக்கம் : 2 (1955) : 47-வது பக்கம் : 2

இந்தியாவில் கரு-விலை-வா-வால்  
கிடைப்பதற்கு - அடிப்படைகள்

ஆர். சுகேசன் திருவிடைமருதூர் தொழிலாளர் சங்கத்தின் செயலாளர்.

எயிலா வங்க இருமதுக்கும்  
உடனடி நிகரணம்

**மெழுகிசு**  
**காப் சிரப்**  
Muduga Chirap

Copyright © 2004 John Wiley & Sons, Ltd.

১৯৭৬-৭৭  
 ১৯৭৭-৭৮  
 ১৯৭৮-৭৯  
 ১৯৭৯-৮০  
 ১৯৮০-৮১

**சென்னை நகராட்சி சபை**

[illegible][illegible]

81.6 82.0 82.4 82.8 83.2 83.6 84.0 84.4 84.8 85.2 85.6 86.0 86.4 86.8 87.2 87.6 88.0 88.4 88.8 89.2 89.6 90.0 90.4 90.8 91.2 91.6 92.0 92.4 92.8 93.2 93.6 94.0 94.4 94.8 95.2 95.6 96.0 96.4 96.8 97.2 97.6 98.0 98.4 98.8 99.2 99.6 100.0

சாதி, மதம், பாலினம், மனநிலை, பருவம், உயரம், எடையை உள்ளிட்ட பல்வேறு காரணிகள் காரணமாக மாற்றம் ஏற்படும். மாற்றம் ஏற்படும் பருவம், உயரம், எடையை உள்ளிட்ட பல்வேறு காரணிகள் காரணமாக மாற்றம் ஏற்படும்.

Marketed by: **Dorcas Market Solutions Ltd.**

No. 11 Beach, 400m Nagan East, Charming - 944 142

Sponsored by  
Sangpharika Herbal Extracts  
& Pharmaceuticals (P) Ltd, Chennai

கேட்பதற்கு இந்தக் காலத்துப் படிப்பதான் முக்கியம். அவ சரியா படிக்கவேண்டா கொன்னோ போடுவேன். இப்படிப்பட்ட புள்ளை எலக்கு வேண்டவே வேண்டாம்.”

இது ஒரு தாய் பேசும் பேச்சா? உண்மை நாகவே அந்தக் குழந்தை இவள அடிக்கும் அடியில் மயங்கி செத்துப் போகும்வரையில் இவளால் தாங்க முடியுமா?

வாழ்க்கையில் கல்வி முக்கியம்தான். ஆனால் கல்வி மட்டுமே முக்கியமில்லை. பாடம், ரேங்க், புத்தகம் எனும் பட்டயங் களைக் காட்டி சூதிநரையைப் போல அவர் களை ரேஸில் ஓட விடுவது மந்தவறிதா? அவர்களால் எந்த அளவு பார்க்க முடிகிறது? முதல் ரேங்க் வாங்கியவர்கள்தான் இன்று வாழ்க்கையின் முன்னுக்கு வந்திருக்கிறார்களா? இன்று பிரபலமாக அப்பது வெற்றிகரமாக இருப்பவர்கள் அத்தனை பேரும் அவர்கள் படித்த காலத்தில் முதல் ரேங்க் வாங்கி இருக்கிறார்கள்?

பிறகு எதற்கு அத்தனை அடி, உடை, சிதறலடை? முதல் ரேங்கிலிருந்து இரண்டாவது ரேங்க வாய்க்கி ஸ்டீடர்கள் எண்பதற்காக எத்தனை குழந்தைகள் வளதபட்டுக் கொள்ளப் பட்டிருக்கின்றன தெரியுமா? வேண்டாம், தாய் மாரர்களே... நீங்களேல்லாம் தாயாகவே இருங்கள். தயவுசெய்து கிங்கரர்களாக மாறாதீர்கள்.

ஒவ்வொருவருக்கும் தங்கள் குழந்தை நலநாகப் படிக்க வேண்டும், முதல் வகுப்பு வராக வேண்டும் என்று ஆர்வம் இருக்கும். அது தவறில்லை. அதற்காக அலாங்களை ஊக்குவிப்பார்கள். தேவையில்லாமல் நேரத்தை வீணடித்தால் அண்டியங்கள், ரொம்பப் பொறுமை இழக்கும் நேரம் வரும் போது ஒரு அம்ம, கொடுங்கள்.

தன்னுடைய தாய் பாரிக்கும் ஒரு பார்வை விலையே அந்தக் குழந்தை ஐயப்போ நாம் ஏதோ தப்பு செய்து விட்டோம் போலிருக்கிறது என்று உணர்ந்து பதற வேண்டும். அப்படி வளர்க்கும் தாயே சிறந்த தாய் என்று சொல்லுவோள்.

ஆஸ்திரேலியா வந்து வந்து உங்கள் கணவரோடு உங்களுக்கு ஏற்படும் பிணக்கு, நூதனநாயர் மாலியார் மேல் ஏற்படும் கோபம் இல்லையென்ப வாய் தீர்த்துக் கொள்ளும் இடம் குமுதனையின் பழநாடு தான் தினகரத்துக் கொள்ளாதிருக்க.

தமிழ் தலைமுறையை விட இந்தத் தலைமுறைக்கு முற்றாததன் மிகவும் புத்திசாலிக். ஆவாகளுக்குத் தெரிந்து கொள்ளும் வாய்ப்பு இறைய இரத்தினம். கல்விப்பால் நடைமுறை முற்றாததன் இயல்பாகவே தலைமுறை



வாங்குவார்கள். அவர்களை நன்கு உதராகப் படுத்துங்கள். இரண்டாவது ரேங்க வாகவிலிட்டதற்காக உங்கள் குழந்தையை தடுக்க வைக்காதீர்கள்.

அடிபட்ட வளரும் குழந்தை சூழப்பவாதிபாக, கயமாக முடிவெடுக்கும் திறன் இல்லாததாக, யாரேனும் தன்னைக் கண்டித்தாலு முழுவதெல்லாம் திறன் இல்லாததாக வளர்த்து விடுகிறது. மிகவும் கொடுமைகளை அனுபவிக்கும் குழந்தைகள் மனதால் பாதிக்கப்பட்டு தீவிரமான எண்ணங்களை கொண்டவைகளாக வளருகின்றன.

தம்முடைய குழந்தைகள் நல்ல குழந்தைகள் சக மனிதர்களை தேகித்து, அந்தந்த வயதிற்கு ஏற்ற ஆடல் பாடல் அனுபவங்களைப் பெற்று, அன்பு, சிரிப்பு, மகிழ்ச்சி இவற்றை அனுபவித்து வளரச் செய்யுங்கள் அது பக்குவப்பட்டு அனைத்து நிலைகளிலும் 'பெலன்ஸ்'டாக வளரும் இப்படிப்பட்ட குழந்தைகளை வாழ்வில் எந்தத் துறையிலும் வெற்றி பெறுகின்றன.

கமாரான கல்வியறிவு பெற்ற குழந்தைகளை நல்ல வண்ணம் சொல்லி அவர்களை எந்த வகையில் தோல்வியில்லாமல் வெற்றி பெறச் செய்ய முடியும் எனத் திட்டமிடுங்கள் அவர்களுக்கு ஏதேனும் ஒரு துறை மிகவும் பிடித்திருக்கும். அவர்களை அந்தத் துறையில் முதல் இடம் பெறுமாறு ஊக்குவிப்புகள் அப்போது ஏற்படும் மகிழ்ச்சியைக் கல்விகளும் திருப்பி விட்டு 'தீ இதைமேல் செய்ய வேண்டுமடா' எனவும் போது முன்விழும் உற்சாகமாகப் படிப்பார்கள்.

தம்முடைய பிள்ளைகளை தம் பிள்ளைகளாகத்தான் வளர்க்க வேண்டுமே தவிர எதிர்ப்பிட்டு பிள்ளை, பக்கத்து வீட்டுப் பிள்ளைகளாக நினைத்து வளர்க்கக் கூடாது.

இந்த விஷயத்தில் தாய்மார்களின் எண்ணம் நிறைய மாற வேண்டும். இந்த நாம அனைவரும் சேர்ந்து விவாதிப்பது கூட நல்லது எனத் தோன்றுகிறது.

நீங்கள் 'அடிக்கும்' தாயாவும் இருக்கலாம் அல்லது அடிப்பதைப் பார்த்துச் சகிக்காமல் குறுக்கிட்டு பிறகு அவமானப்பட்டுத் திருமயி அனுபவமும் இருக்கலாம் அல்லது ஓரளவு கமாராக படித்த குழந்தையை மிக நுணுக்கமாக பிள்ளை செய்து நல்ல முறைகளில் கல்வியில் முன்னேற மனதையுடையவர்கள் இருக்கலாம். நீங்கள் எல்லாம் சேர்ந்து என்னோடு பேசுங்களேன்.. ஆனால் ஒன்று..

குழந்தைகளை வெறித்தனமாக அடிப்பதையும் அவை தாங்க முடியாமல் கதறுவதையும் மட்டும் என்னால் பார்க்க முடியவில்லை.

ஆமாம், நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

இதில் பித்திரிப் பதிலாக வேண்டிய இதில்

இலையம்

ஜூலை '98

★ ஸ்ரீ துளசி தேவி

— வண்ணப்படம்

★ ஆடி சிறப்பு  
வழிபாட்டிற்கு...

- ஆடி வெள்ளி பூஜை மகிமை
- நாகபூஜை சிறப்பு
- ஸ்ரீ சக்கரத் தாழ்வாரம் மகிமை

★ சனிப் பெயர்ச்சிப்  
பலன்கள்

விசை ரூ. 8/-

ஆண்டுச் சந்தா ரூ. 100/-

அடுத்த இதழில்...

◆ ஸ்ரீ வரலக்ஷ்மி  
சிறப்புப்படம்

◆ ஸ்ரீ ராகவேந்திரர்  
ஆராதனை

ஸ்ரீ அன்னை பப்ளிகேஷன்ஸ்,

'வித்யாபுரம்', 7, அருணாச்சலபுரம் 2-வது

தெரு, அடையாறு, சென்னை - 600 020.

தொ. பெ : 4912231, 4908529

# மாற்றுங்கள்

உங்கள் பழைய மிக்ஸியை  
கொடுத்தது புதிய பிரிமியர் 3-ஜார்  
சிச்சன் மிஷின் பெறுங்கள்

சேமிப்பு

ரூ. 755

- நெறுவி டிசுட்டி மோட்டார்
- உலர்ந்த மற்றும் ஈரப்பதமாக  
அரைக்க 3 வகை ஜார்கள்.
- அதிக சுமையானால் தானாக  
துண்டிக்கும் பாதுகாப்பு.
- நீடித்து உழைக்கக் கூடிய  
எலக்ட்ரிக் மோட்டார்.



(இந்தப் புகைப்படம் உங்கள் வணிக இடத்தில்)



## Premier

*Kitchen Machine*

*Tackle the toughest cooking jobs*





ஷோபனா ரமேஷ் - ஒய்வுபெற்ற ஐ.ஏ.எல். அதிகாரி வேதநாராயணனின் மகன். வெற்றிகரமாக பெண் தொழிலதிபர். கூரியர் சர்வீஸ், மின்சார மிட்டர் தயாரிப்பு நிறுவனங்கள், விடுகளுக்கு இன்டரியர் டெக்ரேஷன் செய்வது என்று பல்வேறு

# மனதொயிமானத்திற்குப் பட்டம்

## தேவையில்லை!



தொழில்களில் தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொண்டு வெற்றிகரமாக உலாவரும் பெண்மணி.

தொழில் அதிபராக இருந்தாலும் வீட்டிலும் அதிகம் கவனம் செலுத்துகிறார். தொழிலாளர்களுக்குப் பல்வேறு வகையிலும் உதவும் முதலாளி. நடனமாடத் தெரிந்த கலையார்வம் மிக்க பெண்மணி. சினிமா பார்க்கவும் நேரம் ஒதுக்கும் ஆவட்டிக் கொள்ளாத பொழுதுபோக்கு தேசிய்பாளர். 'இத்தனைவுமா...' என அவரைப் பார்த்து வியத்தபோது -

“இது ஒரு பெரிய விஷயமேயில்லை. ஒருநாளிக்கு 24 மணி நேரம் இருக்கிறதே, தூக்கம் சாப்பாடு இவைகளுக்கு 10 மணி நேரம் ஒதுக்கி விட்டாலும் மீதி 14 மணி நேரத்தில் எத்தனையோ சாதிக்கலாம். தகிரி, பிசினஸ் முன்னேற்றம் என்று வந்து விட்ட பின்பு சாப்பாடு தூக்கம் எதுவும் விட்டுப் போய் விடுவதில்லை. சரியான நேரத்தில் நான் அது நடக்கிறது. 'ஸ்டம் ஃபேக்டர்' என்று சொய்கிறோமே அதைக் கடைப்பிடித் தாலே போதும்” என்கிறார். எதிர்கால பாதுகாப்பு உத்தர

வாதம் திறந்த அரசாங்க வேலை அல்லது தயல் தனியார் கம்பெனிகளில் பதவி இதுவே பெரும்பாலான பெண்கள் விரும்புவது. இப்படி சவாய்களைச் சத்திக்க வேண்டிய பிசினஸில் இறங்கும் எண்ணம் எப்படித் தோன்றியது?

“வாழ்க்கை என்பது கவரரண்ய மானது. பெண்களாலும் தாராளமாக ரிஸ்க் எடுத்து பல காரியங்களைச் சாதிக்க முடியும் என்ற நம்பிக்கை இருந்தால் யாரும் எந்தத் துறையிலும் முதல் இடத்திற்கு வரலாம். உழைக்கத் தயாராக இருக்க வேண்டும் அதுதான் முக்கியம்.

பொதுவாக நான் அரசாங்க உத்தி யோகம் பற்றி அதிகமாக தினைத்துப்

பார்க்கவில்லை. பிரபல கம்பெனிகளில் தான் வேலை செய்திருக்கிறேன் எனது தோழி ஒருத்தி அமெரிக்காவில் இருக்கிறாள். எனக்கு அவன் அனுப்பிய கிட்ட வெகு சீக்கிரம் வந்து விட்டது. அவன் கூரியரில் அனுப்பியதால். அதன் மூலமாக கிளம்பிய சிறு பொறியான் இந்த ஏர்பேக் கூரியரில் எனது ஆரம்பத்தில் மூன்று பேருடன் ஆரம்பித்தேன். தானே கூட சொன்று டெய்லரி செய்திருக்கிறேன். தற்போது நூற்றி ஐம்பது பேர் என்னிடம் வேலை பார்க்கிறார்கள். நாம் மற்றவரிடம் எக் தீட்டி சம்பளம் வாங்குவதை விட பவருக்கு நாம் சம்பளம் கொடுப்பது எத்தனை சத்தோஷமான விஷயம்."

ஏர்பேக் கூரியர் என்பது வெளிதொடு கணக்கும் கடிதம் அனுப்பும் முறை அடங்கியதா?

"இல்லை. நான் பெயரைத்தான் அப்படி வைத்துள்ளேன். உள்மூர் கூரியர் மாத்திரமே செய்திறேன். முக்கியமாக பிரபல ஃபாரிஸ் பாங்குகள், புகழ்பெற்ற தீதி நிறுவனங்கள் அப்படிம சில கம்பெனிகள் போன்றவற்றிற்கு உடனுக்குடன் எங்கன சேவைவை ஆற்றுகிறோம் முக்கியமாக வகுடக் கூடை மாதத்தில் காலண்டர், முக்கிய பங்குவசிகளும். அதைச் சரியான சமயத்தில் கொடுக்கும் போது வாடிக்கையாளர்கள் திருப்தி அடைவதால் அனைத்து கம்பெனிகளும் போட்டி போட்டுக் கொண்டு எங்களை அணுகினார்கள். அது தவிர சிட்டி பேங்க் போன்ற பாங்குகளில் பாய்ஸ் இருக்க மாட்டார்கள் எனவே எங்கன் பாய்ஸ் அங்கு சென்று மெயின்டனவல் வேலைகளையும் செய்தோர்கள். இவைவெல்லாம் ஒரு காண்டராக்ட்

அடிப்படையில் செய்கிறோம். இன்றைக்கு பல முன்னணி கம்பெனிகள் எங்கன் வாடிக்கையாளர்கள்."

இதோடு இவர் பணி முடிவாகியதால்...

"பிளாட்ன் கட்டி முடித்தவுடன் அதற்குத் தேவையான பர்னீச்சர்ஸ் இன்மரிவா டெக்ரேஷன்ஸ் கார்பொரேஷன் ஒர்க்ஸ் முழுமையாகச் செய்து தருகிறோம். தற்போது புதிதாக பிளாட்னின் அமுலாகக் கொடுக்கும் கம்பிகள் கட்டிய கொடி, தேவையில்லை. நேருடன் சின்டம் என்ற ஒன்றை அறிமுகப் படுத்தியுள்ளோம். இது கலீர பல பிரபல பாங்குகள் திதி நிறுவனங்களின் மெயின்டனஸ்கு ஆட்களை அனுப்பதில் போன்ற பணிகளோடு. மேலும் இவ்விதம் மீட்டர் பாகளை செய்து பெயின்டிங் அண்ட் அசெம்ப்லி செய்து கொடுக்கிறோம். பரக்டரி கொர்ட்டர்ஸ் உள்ளது. அதற்கும் சேன்று வருகிறேன் அது ஸ்டாஃப்ட் ஒர்க் எனக்கு." என்று முக்கவிடாமல் சொல்லி விட்டு அழகாக புன்னகைக்கிறார்.

இப்படி ஒய்வு ஒழிச்சல் இயல்பான வேலை பார்க்கிறீர்களா? ரிவாக்ஸ் செய்து கொடுத்து வெளியில் போவது, என்னாய் பண்ணுவது இதற்கெல்லாம் எக்ரே தேரம் கிடைக்கும்? சலிப்பு ஏற்படவில்லையா?

"திறை நேரம் இருக்கிறது. லூசித்துக் கிறுமை முடித்தவரை எனது பிசினஸ் ஃபிரீமென்ட்ஸ் இருக்கவே இருக்காது. அன்று முழுக்க முடித்தவரை பிசினஸ் அர்துன், கணவா ரமேஷ் டுள்தான் செலவிடுவேன். எனக்கு மிகவும் பிடித்தது சினிமா. சலிப்பு என்பது எதற்கு? நாம் நமக்காகத்தானே ஒரு கிறோம் உழைக்கிறோம். இதன் பயன் பாருக்கு? நமக்குத்தானே அதில் சலிப்பெதற்கு?"

மியூசிக் டான்ஸ் இடுவெல்லாம் ஆர்வம் உண்டா?

"வழுவூர் ராணமபா பின்னவரிடம் நான் பாடும் பவின்னேன். தற்போதும் பாடதாட்டியுத் கைத் தொடிகிறேன். அங்குப்போது கங்கரல் புரோகிராம்களில் நான் டான்ஸ் பர்பாமன்ஸ் தருகிறேன்."

மேல் ஷாவனிசம், சிகோ என்டுஸ்ஸாம் போன்றவற்றுக்கு வருகிறதே இதைப் பற்றி ஒரு இயல்புத்தசரி, தொழில் அதிபர் என்ற முறையில் எப்படி உணர்கிறீர்கள்?

"அப்படி ஒரு எண்ணம் என மனதினை பாதித்ததில்லை. இவைவெல்லாம் மிகவும் மிளகப்படுத்தப்பட்ட வார்த்தை என்றே நினைக்கிறேன். நியாயமான எதிர்பார்ப்புகள் சின்ன மனஸ்தாபங்கள் இவற்றுக்கெல்லாம், நாம் ஒரு பட்டத்தை கொடுத்து விடுகிறோம் இது சரிவில்லை. மேலும் கணவன் மனைவி, இடுவருமே அன்போடு ஒருவரையொருவர்



கையில் மனமொன்றினைப் பட்டு  
அதன் வளம் கையை விட்டுப் போக  
யிடமில்லை. சோப்பு, சங்கடம் போட்டுக்  
கூட கையில் வளம் இருந்து கொண்டே  
இருக்கிறது. பக்கத்து வீட்டிலிருந்து சொன்ன  
தீய்ப்பு, கொஞ்சம் தயிர் எடுத்து  
அதில் கைவழிக் கழுவியோன். வளம்  
போன இடம் தெரியவில்லை!  
— கலீரா பொன்னுசாமி



அட்டென்ஷன் செய்து கொண்டால் வாழ்க்கை நிச்சயம் தோல்வியில் இனிக்கும்.”

உங்களைக் கண்காணிப்பதில் என்ன செய்யும் தொழில்புத்தக எதாவது உதவி புரியுமா?

“வாரம் ஒருமுறை வந்து சற்று அச்செனன்ட்ஸ் சம்பந்தப்பட்ட வேலைகளையும் சரிபார்ப்பார். இந்தவெல்லாம் விட என்னை இந்தனை வேலைகளையும் சென்சு அனுமதிப்பதே பெரிய வேலைப் அல்லவா? ஒருநாளில் குறைந்தது பவிரெண்டு மணி நேரம் முழுமையாகத் தொழில் சம்பந்தப்பட்ட விஷயத்திலேயே கழித்து விடும் இரவு சாப்பிடும் போதும் காலை சாப்பிடும் போதும் மட்டுமே விஷயங்களை பரிசீலித்து கொள்ள முடியுமென்று அப்படி இருந்தும் அவர் இன்னமும் தோடு ஏற்றுக் கொண்டுள்ளார்.”

பென் என்ற முறையில் தொழில் நிமித்தம் வெளியே செல்லும் பேரது அதிகாரிகள் குறிப்பிட்ட ஆதவகம் போதும் போது மாதரப்பட்ட மனிதர்களை சந்திப்பார்கள். அவர்களை உங்களை எந்தவிதமாக பீட் செய்கிறார்கள்?

“பென், ஆன் என்ற வித்தியாசமெல்லாம் தற்போது மகலபேதி விட்டது என்றே சொல்ல வேண்டும். அப்படி யாகும் இது வரைவில் அதாவது ‘85-ல் பிசினஸ் ஆரம்பித்ததிலிருந்து அப்படிப்பட்ட தங்கள் ஒன்றிரண்டு பேருக்கு மேல் சந்தித்ததில்லை. பல சமயம் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் இந்த வேலை நடக்கவில்லையென்ற ஆதவகம் வரும். சம்பந்தப்பட்ட ஆபீசில் போய்க் கேட்டால் “லீட்டில் உட்கார்த்து பிரட்டும் தூரமும் நடவி பின்னைக்குக் கொடுக்க வேண்டியதெல்லாம் பிராக்கை டாட்டிக்கிட்டு வந்தா இப்படித்தான்” என்று சொல்லார்கள்.

இப்படிச் சில பிரச்சனைகள் ஆரம்பத்தில் வரவே செய்யும். இதற்கெல்லாம் துவண்டு போனால் அகடப விரும்பும் ஸ்டீவ்ஸ்தை எட்ட முடியாது சலாவை தவிர்த்துடன் எதிர் கொண்டால் மூலம் கவிப்பலாகவது தாமதம் கண்டு மூக்கில் வீரல் வைக்கச் செய்யலாம்.”

பொதுவாக பென்சன் வேலைகளில் என் வகையான கெட்டிக்காரர்களாக இருந்தாலும் குடும்பம் என்று வரும்போது மகனாக, தாய் என்ற கந்தானத்தில் எதிர்பார்க்கப்படுகளுக்கு உட்பட்டவர் அல்லவா?

“கண்டிப்பாக மிகவும் கார்ப்பாக தடத்து கொள்ள வேண்டும். ஆனால் என் விஷயத்தில் பின்னையோ கவனவிரோ இருக்குமே புரிந்து கொண்டுதான் செயல்படுகிறார்கள். அவர்கள் என்னை அட்டென்ஷன் செய்து கொண்டிருப்பதில் தானும் மாக்கிமம் அவர்களின் எதிர் பார்ப்பை நிறைவேற்றத் தவறுவதில்லை.”

தனிக்குடித்தனம், கட்டுக் குடும்பம்

பந்தி. உங்களை குடும்பம் பந்தி சொல்லும் கணை?

“என் வேட்டு நிச்சயம் கட்டு குடும்பத்திற்கே இத்தனை தொழில்களையும் தான் வெற்றிகரமாக தடத்துக் காரணம் என்று புத்தக விடு என்னை உத்தரகப்படுத்தியதால் தான் குழந்தையை பாருத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற கவனவிரல்லாது கவனித்து முன்னே முடித்தது அதுதான் என்று மான் தவிர அதுமே எனும் இன்னொரு குழந்தையை தான் தத்து பின்னையாக வளர்த்து படிக்க வைத்தேன் அவன் இப்போது துபாயில் அவர் வந்து பெற்றோருடன் பதினாண்டு வகுடமாக கட்டுக் குடும்பத்தில் தான் இருந்தேன். தற்போதுதான் தனியே விடு கட்டிக் கொண்டு வந்திருக்கிறேன். அவர்களை மீஸ் செய்கிறோம் என்ற வகுத்தம் இப்போதும் உண்டு.

பென்சன்களுக்கு அப்பா வீதும், கணவர் வீதும் தண்டவாளம் போல இரண்டும் ஒரு பெண்ணிற்கு வேண்டும் என்பதும் முக்கியம் தான்” என்றார்

உங்களுக்கும் தொழிலாளர்களுக்கும் இடையிலான உறவு பந்திக் கொஞ்சம் சொல்லுங்களேன்...

“மாதவொழுமுறை அனைவரையும் ஒன்றாக சந்திப்பேன் சமயம் கொடுக்கும் தான் தவிர அன்று அனைவரும் சினிமாவுக்கு அவரவா குடும்பத்துடன் ஒரு ஹாலில் சென்று மார்ப்போம் திரைபட்டருக்குச் சென்று அவ்வ. எனவே அவர்வா குடும்பப் பிரச்சனை களையும் பெண்கள் என்சிடம் கூறுவார்கள். முடித்தவரை பிரச்சனைகளை தீர்த்து வைப்பதன்மீது வாரத்தில் ஓராவது ஒருநாள் கண்டிப்பாக விடுமுறை. ஊன்முற்றோருக்கு வாய்ப்பு பளிப்பது, மத்த குணமுன்னவர்களுக்கு வேலை வாய்ப்பளிப்பது தொழிலாளர் குடும்பத்தில் படிக்கும் குழந்தைகளுக்கு ஸ்கூலிப்பார் வாய் மீத் தருவது, குடிசைப் பகுதியில் உள்ள திறைப் பேரை வேலைக்குச் சேர்ப்பது போன்றனையும் செய்கிறேன்.”

இது கட ஒருநித்தத்தில் கவதலம் கவத்த சமூக சேவைதான் இக்கவலா?

“இதில் சமூகச் சேவை எங்கே வத்தது? முழுமையாக கவதலம்தான். அவர்களுக்குத் தேவை தமரிப்பிருந்து வேலையும் அதற்கேற்ற விதமும் தமக்கு அவர்களிடமிருந்து உணர்வு இது விவாபார புத்திதான். தவிர மனிதனுக்கு உணர்வு இல்லாமல் குணமாகிய அன்பு மனிதாபிமானம் இவற்றிற்கு சமூகச் சேவை என்ற தனிப்பட்டம் தேவையில்லை என்றே நினைக்கிறேன்.”

பேட்டி : கஜாநா

படங்கள், அட்டை வண்ணப்படம் : உத்தர

உங்கள் மேனிக்குத் தேவை நீமின்  
சரிசமநிலை  
டயட்



நீங்கள் எப்போதும் உங்கள் ஆரோக்கியத்தை  
தந்து பாதுகாக்கிறீர்கள். ஆனால் உங்கள்  
செலும் ? செலும் மென்மையான உங்கள் செலுத்திற்கு  
அளிங்கள். இயற்கையின் மதிப்புமிக்க பரிசான அதை  
மார்ஸோ உங்களுக்குத் தருகிறது. மார்ஸோயின் உண்மையான  
உங்கள் செலுத்தின் மென்மையான உட்புருத்து கத்தப்படுத்துகிறது.  
அழுக்கையும், அழிவானதுள்ள எண்ணாப்பனையையும் நீக்குகிறது.  
கிருமிகளை அழிக்கும் செலும் மென்மையான உங்கள் செலுத்தை  
மீயாழிக்கு விருகுகளியிடுத்து பாதுகாக்கிறது.

உங்கள் செலுத்தை வளமாகவும்

மென்மையானதும்

ஆக்குகிறது

அதற்கு ஆரோக்கியத்

தையும், பளபளப்

பளபளம், புத்துணர்ச்சி

கிணையும் அளித்து,

உங்களை அழகுபடுத்துகிறது.

இயற்கை வழியிலே...



INTERFACE D130 TAM

இயற்கையிலிருந்து இனிய செலுத்திற்கு முற்றினும் பாதுகாப்பாய்



# **பேடங்காளைப் பெற்றாள் தந்தைகளை வளர்த்துத் கொள்ள வேண்டும்!**



கன்னாடி அட்மிஷன் தேர்ப்பிது. பெற்றோர்களுக்கு மட்டுமல்ல, கன்னாடி முதல்வர்களுக்கும் ஏக பென்ஷன். அவர்களில் சில பேர் 'காணாமல்' போய் விடுவார்கள். எப்போது கேட்டாலும் இல்லை என்றுதான் பதில் வரும். என்ன செய்வது? அவர்களின் நிலை அப்படி... மூன்று கல்வி நிறுவன முதல்வர்களிடம் 'அட்மிஷன் தேர்' தெரிவிக்கும்முன்பே பேட்டி எடுத்து விட்டோம்..

**(உணர்வுச் செயலி... ஆனால் இந்த தேர்தலில் சித்திக் ஒரு குட்டிச் செய்தி தன் குழந்தையை எங்கேனிடில் சோப்பதற்காக வந்த ஒரு தாய். குழந்தைக்கு திறவுகனின் விதிவாசம் தெரியவில்லை என்று 'பயார் பயார்' என்று அறைந்துபோது மனம் நடுங்கியது. பெற்ற தாய் ஒரு அட்மிஷனுக்காக இப்படிக்கூட போக மாறுவாள் என்று மிகவும் வருத்தமாக இருந்தது.)**

**இருபது ஆண்டுகள் கல்வித்துறையில் அனுபவம் பெற்ற பதிமூன்று ஆண்டுகள் முதல்வராகப் பணிபுரற்றிய செட்டிநாடு வித்யாகீரம் பள்ளியின் முதல்வர் திருமதி. விஜயா சீதாள் -**

"அட்மிஷன் தேர் எங்கள் பென்ஷனை அதிகப் படுத்துவதில்லை. அவாவசியமாக பெற்றோர்கள் தொத்தரவு செய்யும்போதுதான் கூட்டமாக இருக்கும் இயேட்டரில் தறுவல்புஸ் என்று போராடு போட்டால் அனைவரும் திரும்பி விடுவார்கள். ஆனால் நாங்கள் சீட் இல்லை என்று சொன்னாலும் சிலர் பிடிவாதமாக எப்படியாவது கொடுங்கள் என்று கேட்பார்கள்" என்றார்.

அட்மிஷன் தேர்தலில் பல தரப்பட்ட குழந்தைகளையும், பெற்றோர்களையும் சந்தித்த தாய்கள் உங்கள் நினைவில் நிலைத்து நிற்கும் நிகழ்ச்சி

**ஏதாவது உறுப்புகளைச்...**

"இண்டரகார்டன் குழந்தைகள் அமைவருமே மறக்க முடியாதவர்கள்தான். தயங்காமல் கள்ளம் கபடமற்ற மனதுடன் புத்திசாலித்தனமாக பதில் சொல்லும விதம் என்னை எப்போதும் கவரத்திற்குக்கிறது. சூர்ப்பாக... ஒரு குழந்தையை நீ படிச்ச அக்கவு ஏபிஸி சொல்லிக் கொடுத்தார்களா என்று நான் கேட்டபோது ஆம் என்றது. மற்றவை அப்ப... இந்த வகைக்கு ஏன் வந்த என்று கேட்டபோது 6 வதுக கொள்ள வந்தேன் என்றுது..." என்று உதிர் சிரித்தார்.

அட்மிஷனல் குழந்தைகளுக்கும், பெற்றோர்களுக்கும் தங்களைப் போன்ற முதல்வர்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் ஏற்படும் டென்ஷனை தவிர்ப்பது எப்படி?

"என்னைப் பொறுத்தவரை இண்டர்வியூ பன்னாம்போது குழந்தைகளை ரிஸ்கில் அடையச் செய்வேன். சாதாரணமாக கேள்விகள் கேட்பேன் நீ என்ன சினிமா பார்க்க? என்ன சாப்பிட்ட போலாறு கேள்விகள். ஒரு குழந்தை சிகப்புக் கலரை பச்சை என்று கூறினாலும் அப்படியா வெளிகுட் என்று சொல்லி குழந்தையின் தம்பிக்கையை அழைப்படுத்துவேன். இது பச்சை இல்லை சிகப்பு என்று திருத்த மாட்டேன். அது வகுப்புகளில் ஆசிரியர் செய்ய வேண்டிய வேலை அது. குழந்தைக்கு புரிந்து கொள்ளும் தன்மைமே உடனே பதில் சொல்லும் தன்மைமே இருக்கிறதா என்று தான் பார்ப்பேன்.

பெற்றோர்கள் மிகவும் கவனப்படுவதையோ... டென்ஷன் ஆவதையோ தவிரக்க வேண்டும் போட்டி மனப்பான்மை அதிகமாக உள்ள இந்த யுகத்தில் இந்தப் பிரச்சனைக்கு ஒரு முறையுள்ளி எவக்க வேண்டும் என்றால்... கல்வி முறை முழுமையாக மாற்றப்பட வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் 'டாக்டர் சீட்தான் வேண்டும், என்ஜினியர் சீட்தான் வேண்டும்' என்ற மனப்போக்கை மாற்றிக் கொண்டால் டென்ஷனைத் தவிரக்கலாம்.

தற்போது உள்ள கல்வி முறைப்படி உற்பத்தியை விட தேவை அதிகமாக இருக்கிறது ஆதலால் டென்ஷன் ஏற்படுவது இயக்கமானது."



\* கோ. முத்துக்குப்பன் \*



\* விஜய ஸ்ரீதாச \*



\* டாக்டர் நிழை அனந்த \*

**கோ. முத்துக்குப்பன்:**

**பொ**தியியல் கல்லூரியில் சி... திவ... பது என்றால் என்னவறவர்களுக்கு சிம்ம சொப்பனம்தான் அட்மிஷன் தேர்ம் என்றால் எதிர்பார்ப்புகள் அதிகம்தான். இதைப்பற்றி என்ன கூற விரும்புகிறீர்கள் என்று ஸ்ரீமொஸ் கிட்டைவரை பொதியியல் கல்லூரியின் முதல்வர் கோம முத்துக்குப்பன் அவர்களைக் கேட்டபோது-

"எதிர்பார்ப்புகள் திராயமானவை ஏனெனில் ஒவ்வொரு வர்ஷ் எதிர்காலத்தை மட்டுமல்ல வாழ்க்கையையே இந்த என்ஜினியரில் சீட் திரையிக்கிறது. அட்மிஷன் தேரத்தில் பெற்றோர்களுக்கும் மாணவர்களுக்கும் இருக்கும் டென்ஷன் நிச்சயமாக எங்களுக்கு உண்டு. ஆனால் அருவகத்தில் மட்டும் அல்ல என் இல்லம் தேடி வருபவர்களை ஏழை நான் பார்க்க மறுப்பது இல்லை.

பொறுமையைப் நிதானத் தத்தும ஆயத்தமாகக் கொண்டு... சீட் கொடுக்க இயலாத நிலையில் இருக்கிறோம் என்பதை நிரூபித்திருக்கிறது எதிர்பார்ப்பு என்பது கவனமான காரியம் இல்லை... அவர்கள் மனம் புண்படாதவாறு எடுத்துச் சொல்லி அவர்களை சமாதானப் படுத்துவது என்பதும் இம்மைய சாதனைதான்.

"பணம் கொடுக்கிறோம், 'சீட்' கொடுங்கள்' என்று பல பேர் தெரத்தரவு செய்வார்களே..

"மறுக்கவில்லை. ஆனால் தான் பணத்திற்கு மதிப்புக் கொடுத்து சீட் கொடுப்பது கிடைவது அதேசமயம் எங்கள் கல்லூரியில் சேர்த்து விட்டு, ஒரு மாணவனால் பணம் கட்டி... முடியாமல் போகும்போது க்காலரிஷிப், ரோட்டரி கிளப் டொரேஷன் என்று பல வழிகளில் பண உதவி செய்வதுண்டு.

அரசியல் செல்வாக்கு குறுக்கிடும்போது அல்லது சிபாரிசின் அடிப்படையில் தவிரக்க முடியாமல் சீட் கொடுப்பதுண்டு. 1994 தகுதியின் அடிப்படையில் மட்டுமே சீட் வழங்குவதால்தான் இந்தக் கல்லூரி படிப்படியாவதார்சிவகடத்திருக்கிறது. தகுதியின் அடிப்படையில் சீட் கொடுக்கும்போது நம்

கடல்மீன் நாம் செத்தோம் என்ற மனநிலையை ஏற்படுத்திற்று.

அடமீஷன் தேரத்தில் மாணவர்களை இண்டர்வியூ பண்ணுவது கிடைக்காது. ஆனால் ஆலோசனை சொல்வதுண்டு கவுன்சிலிங் மூலம் பல பேரை தயவுபிப்படுத்தியிருக்கிறோம்.

ஒரு தபால்சாரா தன் கைப்பளுக்கும் பணம் கட்ட விட்டாயே வித்து விட்டார். அளவையுக்கும் கல்வியின் மதிப்பு தெரிகிறது. இருந்தாலும் பல சமயங்களில் தகுதி இரத்தாலும் ஒன்றிரண்டு மதிப்பெண்கள் வித்தியாசத்தில் ஒரு மாணவனுக்கு சீட் கொடுக்க முடியாமல் போகிறது. இந்த பிரச்சனைக்கு தீர்வு காண வேண்டும் என்றால் கல்விச் சட்டங்கள் எளிதாக இருக்க வேண்டும். தியாய மாசு தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய சட்டங்களில் இருத்துங்கள் செய்ய வேண்டும். சில அதிகாரங்களை முதல்வர்களுக்கும் கல்வி நிர்வாகிகளுக்கும் வழங்க வேண்டும். அநிகாரத்தை தவறாகப் பயன்படுத்தினால் தண்டிக்கவும் சட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்தலாம்."

**பாப்ட் திம்மலா பேராசு (தம்புபி மகலிர் வவஞ்சவ கல்லூரி முதல்வர்)**

"அடமீஷன் தேரம் என்னைப் பயமுறுத்தும் தேரமென்றார். இந்த தேரத்தில் அபேக்ஷனைச் சேர்த்த பட்டப்பாடுதான் எனக்கும் என்றார். 410 சீட்டுக்கு 7000 விண்ணப்பங்கள் வந்துள்ளது. ஆதலால் எண்ணற்ற நல்ல மாணவிகளுக்கு சீட் கொடுக்க முடியாமல் போவது இயலாமை மட்டுமல்ல... தவிர்க்க முடியாததும்கூட... மாணவிகள் 70% வரையில் இருப்பதால்"



வெள்ளை உழுத்தம் பருப்பைக் காட்டிலும் தோய் உள்ள உழுத்தம் பருப்பு அதிக அளவு மாவும் யிருந்துத் தன்மையும் இருக்கிறது. விசையும அளவிலிட நுகறவு. வெதுவெதுப்பான நீரில் ஊற வைத்தால், தோய் சீக்கிரத்தில் நீங்கி விடும்.



— உமா



பாகரை. ஒ.சி கோட்டாபடி 10 சீட்தான் கொடுக்க முடியும்— ஆதலால் சிறந்த மாணவிகளைத் தேர்ந்தெடுப்பது என்பது எனக்கு ஒவ்வொரு வருடமும் ஏற்படும் சோதனையே...

ஏங்கித் தவிக்கும் பெற்றோர்களுக்கும் விரும்பும் கொர்ணை படிக்க விரும்பும் மாணவ மணிகளுக்கும் எப்படித் திருப்பிப் படுத்த முடியும்? சாத்தியமில்லை... சீட் கொடுக்க வேண்டும் என்று நினைத்தாலும் கொடுக்க முடியாமல் இருந்தவைக கொள்ளி எழும்பாய் தவிக்கும் தவிப்பும் மனச் சோர்வும் உடல் நலத்தைப் பாதிக்கிறது.

அதேபோல அடமீஷன் கொடுப்பதற்கும் தகுதிக்கும் சம்பந்தம் இவ்வளவுமில்லை போகிறது. பி.சாம், எம்.சாம் மாணவர்கள் குருட்டாப் போகவில்லை பிபார்மூஷன் தெரிந்து கொண்டு மதிப்பெண்கள் எடுத்திருப்பார்கள். ஆனால் புரிந்து கொண்டு நடைமுறையில் செயல்படுத்த தெரியாது—

ஒரு மாணவி மதிப்பெண்கள் எடுக்க மட்டுமல்ல, தனிப்பட்ட முறையில் ஒரு மாணவியை வளர்க்கக்கூடியும் பாடுபடுகிறோம். தேரத்தைவும் செயல்படுத்திறோம். ஆதலால் தான் எங்கள் கல்லூரியைத் தேடியும் நாடியும் வருகின்றார்கள்"

"அடமீஷன் தேரம்" கொடுத்த அனுபவச் சிந்தனைகள் திறைய இருக்குமே... என்றபோது சிரித்தார்

"பொதுவாக மக்களின் மனப்போக்கில் மாறும் ஏற்பட வேண்டும். ஒரு குறிப்பிட்ட கல்லூரியிலேயே இடம் கிடைக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கக் கூடாது. பட்டங்கள் தமக்கு சமீப அந்தமனைத் கொடுக்கிறது. அவ்வளவுதான்... பட்டங்கள் பெற்றாலும் தொழில் ரீதியான நிறைவுகளை வளர்த்துக் கொள்வது ஒவ்வொருவரின் வளர்க்கிக்கும் வளமான வாழ்க்கைக்கும் வழி வகுக்கும். இதை மனதில் கொண்டு செயல்பட வேண்டும் கல்லூரியி் படிப்பு அனைவருக்கும் வேண்டி வரங்கித் தர உதவும் கருவியாக இல்லை... அப்படி இருக்கும்போது ஏன் தொழில்நியாகப் படித்துப் பயன்டைவக் கூடாது—

எங்கள் கல்லூரியில் வேலை வாய்ப்பிற்கு உதவும் வகையில் குறைந்த கால வகுப்புகளை நடத்துகிறோம். உதாரணமாக கேடரிங், ஐர்னலிசம் போன்ற வகுப்புகளை மதிவ வேணையில் நடத்துகிறோம்.

பட்டப் படிப்பு ஒரு மாணவிக்கு தன்னம்பிக்கையைத் தருவதுமல்ல. என்னைப் பொறுத்தவரை ஒரு பெண் பொருளாதார சீதையில் தன் காலியே நிற்றும் திறமையை உருவாக்கிக் கொள்வ ஏற்றவாறு கல்விப் படிப்பு இருக்க வேண்டும்" என்றார்.

**பேட்டி. எம். முத்து**





**F**rench furniture for the first time in India • Brought to you by Gautier India Ltd.  
 In collaboration with Groupe Sarlbo, France • Elegant ranges for the home -  
**Boston, Rhapsodie, Trinidad and Laure** • Distinguished selection for the office  
 - **Blues, Jazz and Business** • Crafted at one of the most modern factories in Asia  
 • At affordable prices

**G GAUTIER**  
 FRENCH FURNITURE

Write-in for a free booklet, "Tips on Interiors & Furniture," to: Product Manager, Gautier India Ltd.,  
 46, Montleith Road, Egmore, Chennai 600 008. Ph: 852 8731.

showrooms: **CHENNAI** • 46, Montleith Road, Egmore, Chennai 600 008 Ph: 852 8731 • 22A, Chamierv Road, Teynampet, Chennai 600 018. Ph: 0884 • 3979, Thirumala Pillai Road, T.Nagar, Chennai 600 017. Ph: 823 4420 • 36, Spurtank Road, Chetpet, Chennai 600 031 Ph: 828 2610 ■ **COIMBATORE** • • Obli Towers, 374, D.B. Road, K.S. Puram, Coimbatore 641 002. Ph: 424 233 • 1203, Trichy Road, Coimbatore 641 045. Ph: 301 273 B.K.R. Nagar, 541/A, Sathy Road, Coimbatore 641 012. Ph: 429 230 ■ **TRICHY** • Lakshmi Arcade, A-10, 11th Cross, Main Road, Tirulai Nagar, Ph: 629 018 ■ **MADURAI** • 55, Alagar Kot Road, Thalakulam, Madurai 625 002. Ph: 538 882 ■ **SALEM** • 117, Chokkar Main Road, (Opp. T.V.S. Petrol Bunk), Ph: 534 004. Ph: 41 8620 ■ **PONDICHERRY** • 25, Marson Street, Pondicherry 605 001 Ph: 24 168

# வனஜாவின் கணாவன்

ஆபீஸ், அடைபாளம் சரியாகச் சொன்னவனை ஏன் வெளியே நிற்க வைக்க வேண்டும் - காப்பி கொடுக்கலாமென்றால் வனஜா வீட்டில் இல்லை... திருப்புகழ் களாஸ்... அதிதிக்குக் காப்பி கொடுக்க இல்லாதவனை சங்கரன் மைந்தன் சிவபாலன் தான் காக்க வேண்டும்!

“ஏன்... என்ன தப்பு... சத்தம் என்ன சத்தம்... மீட்டிங் போட்டே சொல்லலாம். எகப் புண்ணுக்குக் கண்ணாடியா... ஒரு காரியமாச்சும் டக்னு முடியறதா... வெண்னெணயல் விழுந்த முடியைப் பிடிக்கப் போனாப்பல வழுவழா கொழா, வாழப்பழம் கொழிக்குச்சு...”

கேலியின்போது வனஜாவுக்குள் ஒளிநிறிக்கும் கவிதாவினி எட்டிப் பார்ப்பது வழக்கம்.

வெங்கடேசம் மந்திரித்து விட்டது போல இங்கே இருப்பதா, அங்கே போவதா, பதிலடி கொடுப்பதா, வைஷ்ணவத்தத்துவமாம் சரணாகதியைத் தேர்த்தெடுப்பதா என்பதில் மயங்கி, வெவ்வேறு பாதைகளைக் கார்ட்டும் எககாட்டியின் அடியில் நிற்கும் வழிப் போக்களானான்...

“எல்லாத்துக்கும் வந்து...ஜா...” பல்லை நெறித்தான்... “அப்பிடித்தான் டவுன் ப்ளாஸிகில் தில்லையம்மாவோட டாக்டர் மெண்ட் எங்கென்னு கேக்கறான்.. உப்பவவாடித் தெரு பூராவும் தேடி அவையதென் தில்லையம்மானவ... கொல்லுன்னு சிரிக்கறா.. தில்லையம்மயே அதிசயமா பொம்மனாட்டி தேடறானேங்கறா ஒருத்தி... கண்ணாவித் தலை யெழுத்து...”

அடிப்பாளி - இது எத்த நாளைக் கணக்கு... வருடம் பத்தாச்சு... வீட்டுக்கு வாங்கிய லோன்கூட அடைபப் போகிறது. இதென்ன ஜீபும்பா பூதம்...

இன்றைய சண்டைக்கு விஷயம் ஒன்று மில்லை... யாரோ ஒருவன் தன் பெயரைச் சொல்லியபடி வீடு தேடி வந்திருக்கிறான்...



சந்திரி (ஆன் பெயர்!) அலும் பினாராம்... வரும் பண்டிகைக்குப் பட்சணங்களை எளிய முறையில் செய்ய மலிவு கிஸலவில் பாமாயில், சர்க்கரை தருவதே வந்தவனின் நோக்கம்... அவனுக்கு ரேஷன் கடை யில்தான் வேலையாம்...

கந்தரியிடம் அவ்வாறு பிரம்தாபித்த நினைவு சரிபாச இல்லை... கந்தரியே எதிர்த்து நிற்பவரானவர் என்பது தெரியாது (பரப்ரம்மம் - வனஜா). ஆயினும் என்னவோ ஒரு நினைவான அறிமுகம்...

கந்தரியும் ஏதோ ஒரு இணைப்பான அரசாங்கம் நடத்துகிறார். ரேஷன் கார்டு, ரியால், சிமென்டென்ட், முதுபோர்பென்



ஷன், சமித்து என்று எதெதையோ வாங்கித் தருகிறாராம்.

தான் கந்தரியைச் சரி வரப் புரிந்து கொள்ளாவிட்டாலும் அவர் தன் விருவரை ஆனை அடையானம் சொல்லிப் பண்ப்பியதை மட்டும் நினைக்காமலிருக்க முடியவில்லை.

எட்டு கிலோ, பத்து கிலோவாக வாங்கினால் தூற்றுக்கணக்கில் வரப்பமாந்து என்மிறான் வத்தவன்... தியாயம் தான்...

தூற்றுச் சில்லரை - கணக்கு... வாங்கிக் கொண்டவன் வணக்கம் போட்டு விட்டு மொபெட்டைக் கிளப்பினான்.

எப்போது வாங்க வேண்டும்... பண்டம் வாங்குவது கையிலா, பாத்திரத்திலா... நாம் போக வேண்டுமா, அவன் வருவானா... அப்படியே வாங்குவதானாலும் இரண்டு பேர் கொண்ட குடும்பத்திற்கு எதற்கு எட்டு கிலோ என்மிற வனஜாவின் கேள்விகள் சரங்கனாகத் தைத்தன...

வனஜா அவனை கிப்ராடு என்றபோது சுவற்றுக்கெனளி "கெடிக்..."

வனஜா, வெங்கடேசனை வைத்துக் கொண்டு காலம் பூராவும் எப்படி இருக்கப் போகிறேனோ என்றபோது வெங்கடேசன் தொந்து போனான்... கொஞ்சம் வெந்தும் போனான்...

“வெங்கு... டென்ஷனாகாதே... இதெல்லாம் சகலம்... நாம் கவனிச்சா, சூரியனுக்குக் கிழே இருக்கற எதைதும் கத்துக் கலாம்... ஒய்கிப் பிடிக்கறாய்கறது ஒரு குறையே இல்ல... தே ஆர் ஒன்லி கிபார் இட்... நாம் மறைமுகமா அவானை ஜெயிக் கணும்... அசத்தறாப்பல ஒண்ண செருக்கட்டு கண்டுக்காம இருக்கணும்... எப்பிடி நம்ம வேலைன்னு கேட்ராதே... கொமட்டுல குத்துவா... எதாரி யமா கணத்துவ எறங்கு...”

செவியர் சொன்னபோது மானசிகமாய் தம்புரா ஒலி...

“அனவு ஞாக்கெட் குடுத்துட்டு, சீட்டுப் பணம் கட்டட்டா தீத்துது வேலவ... கண்ணன் ஹாண்டில்ல சியாமனா ஓர்ப்படி காலை ஒட்ச்செண்டு படுத்திருக்கா. அவுடிட்ட ஒரு பத்து நிமிஷம்... வந்துடுவேன்... யானை

**கட்டுமானியன் ரவிச்சந்திரன்**



யாவது கூப்பட்டு வச்சண்டு கொட்டம் அடிக்காதீங்கோ... ஒங்களுக்கு சங்கராந்தி கொண்டாட வந்து நிற்பான் எவனாவது”

அவனைப் புறக்கணிக்க வேண்டி வெங்கடேசன் ரேடியோவில் வராத எகிப் எம்ஸம் முயன்று கொண்டிருந்தான்...

“சாரி... யம்மா...”

தூங்கப் போன வெங்கடேசன் சட்டென்று எழுந்தான். ஒரு செகண்ட், தள்ளிப் போயிருந்தால் இந்த அழைப்பைக் காது ஏற்காத தூக்கத்திற்குப் போயிருப்பான்...

‘யாருப்பா’ என்றபடி வந்தவன் நாகைக் கடித்துக் கொண்டான்... வயதான கிழவனும், பத்து வயதுச் சிறுமியும் கேட்ட அருகில் நின்றிருந்தனர்.

“பூண்டு வேணுமா சாரி... துள்ளால் மணல்ப் பூண்டு. கொளம்பு வச்சா கும்று கொளப்பும்”

அவள் இல்வையே... என்ன முடிவெடுப்பது... சீனியர் முகம்...



நாம் வழக்கமாக செய்யும் இட்லி பொடி (அ) பருப்புப் பொடியுடன் சிறிது கசகசாவையும் வறுத்து சேர்த்துப் பொடி செய்து பாருங்கள். மணமாக இருப்பதுடன், குழம்பு, கூட்டு தண்ணியாக இருந்தால், இந்தப் பொடியில் சிறிது போட குழம்பு கெட்டியாகி, மணமாகவும் இருக்கும்.

— பாலா இராஜேந்திரன்

‘அதெல்லாம் ஒன்னும் வேணாம்... கிலோ எப்பிடி.’ அபத்த முரணாக வாக்கியம் வந்ததை வெங்கடேசன் உணர்வில்லை...

கிழவன் சட்டென்று அமாந்தான்... தராசை விரித்து கைநிறையப் பூண்டை அள்ளி வைத்தான், காற்றில் சருகுடன் மிதந்தன...

“பெரிவயிறே... வெவ சொல்லுங்க...”

“என்னா தொனா... ஒன்னாண்ட என்ன வெவ சொல்லப் போறேன்... நீதான் போணி பண்ணிறே... அவரைக் கிலோ பரக்கு ரூபா...”

வெங்கடேசன் வரலாற்றுக் கொள்கை வியப்புடன் “பாளுக்கு ரூவாயா... மார்கட்லியே (பதினொன்று சொல்வதா பண்ணண்டு சொல்வதா) பண்ணவருதான்... (சரி - அவசரப்பட்டு வந்துடுத்தே) ரொம்ப கிராக்சொன்னா இருக்கு.”

“அதெல்லாம் வராதங்க” என்றாக் சிறுமி...

“சே... கம்று இரு... பெரிய மனுசாண்ட்ட பேசறதப் பாரு... சாரி... இந்தத் தெருவுல மொத வீட்டை குடுத்திருக்கேன்... பெர்ய சொல்ல வேண்டிய அவசியம் எனக்கு இல்லை...” என்ற கிழவனையும், வெங்கடேசனையும் பார்த்துத் தலையில் அடித்துக் கொண்டது சிறுமி...

வெங்கடேசன் முதலில் ரூபாயைக் கொடுத்தான்... சிறுமி ஏறக்குறைய அதனைப் பறித்துக் கொண்டாள், தாளின் மொடமொட முனக்கல்... புதுப் பத்து ரூபாய்...

கிழவன் இப்போது மூட்டையைத் துழாவி தட்டில் வைத்தான். அந்தப் பூண்டானது முன்பு காட்டியதைப் போல புஷ்டியாக இல்லாததோடு அவ்வளவு வெண்ணையாகவும் இல்லை... நாட்டுக் கொழி மூட்டை திரத்தில் புளி நகம் போல...

“பெரிவயிறே... என்ன எதையோ வெடிக்கிறங்க?”

“அய்ய... என்னா சாரி வெச்சுட்டேன்... நல்ல முத்தலி பூண்டு... தேடினாலும் கிடைக்காது... இந்தா, இன்னும் ஒரு பீடி எம் பேரச சொல்லித் துள்ளு...”

கிழவனின் உதாரம் சொக்க வைத்தது... எதிர்பட்டு துரைராஜ் வந்தான்...

“என்ன வெங்கு சாரி... என்னோ வாங்கு கறங்க... ஏம்மா என்ன வெல...”

வெங்கடேசனுக்குப் பலம் வந்தது...

துரைராஜ் வீட்டில் பூண்டின் செலாவணி அதிகம்... எனவே அவன் இதில் துரிதமான செயலாற்றுவான்... சிகரெட் முடித் தால் நலம்... அவன் வரும் நேரம்...

"இது என்ன, வெறும் சக்கையப் பூண்டுன்னு விக்கதே..." துரைராஜ் கைகளால் அழுத்திப் பார்த்தான்.

சக்கையா... பிடிபிடியாவத் தட்டில் வைத்தானே...

"அரை கிலோ பண்ணண்டு ரூபா" என்றான் வெங்கடேசன் உணர்ச்சிவற்ற குரலில்...

"ஸபத்தியமா புடிச்சிருக்கு பண்ணை குடுக்க... பரங்கிப்பேட்டையார் கடை விலையே பத்து ரூபாதான்... ச...ச... இது ஒப்பேறாது வெங்கு."

"சாமி... உள்ள போய் ஏனம் எடுத்தா" சிழவன் துரிதப் படுத்தினான்.

"ஏனமா... வேணாம்பா. எனக்குப் பூண்டு வேணாம்... தல்லா இல்லியாமே... ரூபாய்க் குடுங்க..."

"ரூபால்லாம் இல்ல" என்றது பெண்-

"இல்லியா... போலீஸைக் கூப் பிடுவேன்" என்றான் துரைராஜ்.

"கூப்புடு சாமி... என் பேரப்புள்ளகட என்.டி. ஸ்டேஷன்வதான் இருக்கான். நல்ல ஒஸ்தியா குடுத்திருக்கேன், வேணாமாமே... சரி, போவட்டும்... இன்னும் ஒரு புடி வச்சுக்கோ. சாப்பு."

இது தராசா, துணாபாரமா... அடுத்த திறான்!

"வேணாம் தாத்தா... ரூபாய்க் குடுங்க."

"என்ன சாமி ரூபா ரூபான்னு... அதான் இம்மாம தர்றேன்ல..."

"இத்தப்பா... ரூபாய்க் குடுத்துட்டு எடத்த காலி பண்ணு..." துரைராஜ் விரட்டினான்.

"எப்பிடித் தர்றதாம்... கூப்பட்டு போணி பண்ணிட்டு ரூபாய்க் கொண்டாவாம்."

தூரத்தில் வண்ணாசின் அசைவு தெரிந்தது.

"எப்பா... நீயே இதை வெச்சுக்க - ரூபாயும் வேணாம்... தல்லா இரு..." வெங்கடேசன் கேட்டை அகட்டினான்.

துரைராஜ் பூண்டைக் கடைவில் கொட்டினான்... கைலையை வரித்து கொண்டு "பணத்த எடுப்பியா. மட்டியா."

"அட என்னாங்க சாமி... இத்தாய்க் பண்ணம் வர புணை. ச்சி... எதுக்கு சிரிக



கேசை சிறுத்தை போட் துருவயில் துருவி ஆனிரிப் வேக வைத்து எடுக்கவும். பின் அத்துடன் சிறிது பொட்டுக்கட்டை மரவு (1 கப் சிறுங் குக்கு -2 லுபூன் மரவு) சேர்த்து, வெங்காயம், இஞ்சி, உப்பு, காரத்தூள், மசூவரத் தூள், சறிவேலிக்கை என போட்டு பிரைத்து, வடைகளாக தட்டி, சண்டெலில் மெரித்து எடுக்கவும். இத்தக் கலவையை உருட்டி ரொட்டித் தூள் (அ) ரவ்ச் தூளில் பிரட்டி நோரைக் கலவில் போட்டு கத்திலும் என்டெய்ஸ் விட்டுத் திருப்பி போட்டும் எடுக்கலாம். கேசை வட்டக் கலவையாக இருக்கும்.

- பணா இராஜேந்திரன்



கதே... என்னாத்த எண்டுட்டே... சிரிப்பு..."

சிழவன் இதங்க, வண்ணா ஏறு - அனவெடுத்தாத்போன்ற அமைப்பு...

வண்ணா துரைராஜிடம் "என்ன சார்..."

"ஒண்ணுமில்ல... அத்தக் கெழுவன் த்ராபையா பூண்டை வெச்சுக்கிட்டு விக்க வந்தான். வெரட்டி உட்டேன்..."

"இவருக்குன்னு விக்க ஆளுங்க... அதுக்கேத்த சாமானுங்க..."

"அதான் வாங்கலியே" என்றான் வெங்கடேசன் இதமான குமுறலால்...

"கெட்டிக்காரர்தான்... போகட்டும்... சாதோட ஒய்ஸ்புக்கு சோப் ஆயில் வாங் விடுத்துக்குப் பத்து ரூபாய் பாக்கி... மறந்தே போச்சு - ரொம்ப நாளா ட்யூ..."

"அதனால என்ன" என்றபடி வெங்கடேசனிடமிருந்து ரூபாயை வாங் சிய துரைராஜ் தோட்டைப் பையில் போடும் முன் உறுப் பார்த்துவிட்டு "அய் விய்யே... கெழுவன் ஒட்டின நோட்டைக் குடுத்துட்டுப் போவிருக்கான். பாகுங்க. இவ்னோ பெரிய ஒட்டையில் கடலுரே தெரிபுது."

வண்ணா விழக்கென்று உள்ளே போவ கதக கண்ட வெங்கடேசனுக்குள் உள்ளே ஏதோ சரத்தது.

# உங்களின் கனவு இல்லத்திற்கு

Booking Open

**Sreevatsa  
Gardens**

COIMBATORE

**METTUPALAYAM ROAD**

எழிம்பிடு இல்லங்களை உருவாக்கித்  
தரும் ஸ்ரீவத்ஸா, கோவையில்  
உங்களுக்காகவே அளிக்கிறது இரண்டு  
கட்டம் - ஸ்ரீவத்ஸா கான்ட்ம்ஸ்  
மற்றும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வியூ. இங்கு  
கான்டர் உங்கள் தேவைக்கேற்ப



Duplex House



Apartments

## ஸ்ரீவத்ஸா கான்ட்ம்ஸ்

- கட்டி, செல்லும் வழியில் கோவை றாபிஸ்  
நிலையத்திலிருந்து 7 கி.மீ. தொலைவில்.
- விளாஜாவுஸ், நீச்சல் குளம், குட்டை பார்வை,  
உடற் பயிற்சி மையம், 24 மணி நேர பாதுகாப்பு.
- 24 ஏக்கர்களில் விவசாய, இயற்கை வீடுகள் மற்றும்  
அப்பார்ட்மென்ட்ஸ்.



**ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட்ஸ் லிட்.**

கோவைத்தூள்: 8/2, செட்டிப் பண்ணை செடு, கோவைத்தூள், 641 043, தொ: 91-0422-437488,  
432574, 432584, 441981, அலைன்: 91-0422-038800, ஃபக்: SREEVATSADG  
Email: <Sreevatsa.dbe@sanjaproperties.sreevatsa.net.in> Web site: <http://www.sreevatsa.co.uk>

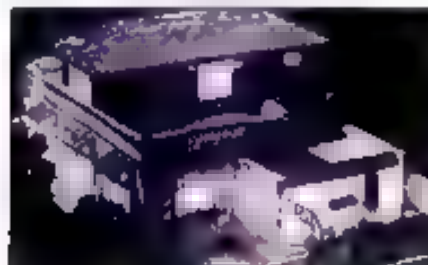


# ஸ்ரீவத்ஸா அனிக்கும் இரண்டு வழிகள்

**KOVAIPUDUR**

**Booking Open**

விடுகளை உய்களின் வசதிக்கேற்ப  
படைப்புகளில், ஆடம்பரத்தை  
விரும்புவோர்க்கு ஸ்ரீவத்ஸா  
காட்டன்ஸ், குறைந்த விலையில்  
நிறைந்த வசதிகளை நாடுவோர்க்கு  
ஸ்ரீவத்ஸா ஓரில் விடு.



Independent Villa



Flow House

**ஸ்ரீவத்ஸா ஓரில் விடு**

- மாவட்டாடு செல்லும் வழியில் கோவை ஓரில்  
நிறைவுத்திரிந்து 7 கி.மீ. தொலைவில்.
- தனிப்பட்ட விடுகள், விலை விடுகள் பற்றும்  
அப்பாட்டுவென்ட்ஸ், 750 சதுர அடி குறை  
2000 சதுர அடி வரை.
- கோவை ஓரில் நிறைவுத்திரிந்து 7 கி.மீ.தான்  
NH7 லில் இருந்து 0.75 கி.மீ. தூரம் மட்டுமே.

**Architects: BANKAR & ASSOCIATES, Coimbatore**

Coimbatore: 7, காமராஜ் ஸ்ட்ரீட், Coimbatore 600 043, Phone: 91-44-2853148, 5888270, 9857353.  
A/C: 91-44-2850055, 5229492, குண்டூர் திரு. கு.ஜி. பாரதி, Phone: 52857116 (Guundoor), A/C: 022-6425355  
தூண்டூர் அடி குண்டூர் திரு. குண்டூர், 011-2701111, 011-2701111, Phone: 04-220355, 04-258000, A/C: 04-270074

## தேவியின் சக்திகள் - 9

பகனாமுடி என்பதின் பொருள் தீயதை நீக்குபவன் என்பதாகும். இதை 'கருத்தை' என்று சொல்வார்கள். கருத்தை என்றால் ஏவல் என்கிற தீயதை ஏவிவிடும் தீய செயலாகும் (ஆபீசார் பிரயோகம்) தீயசக்திகளை நீக்குவதினால் பகனாமுடி என அழைக்கப் படுகிறான் பகனாமுடி தேவி. பகனா என ஹம், வங்காமுடி என ஹம். பகனா என ஹம் கூறுவார்கள் பகனா சக்தியின் பத்து வித சக்திகளில் மிகவும் முக்கியமாகக் கருக்கப்படுகிற பகனா பகனாமுடி உபாசனை.

அபிதேவியை சமூகத்தின் மத்தியில் மணிகளால் வளை மகாமண்டபத்தில் நவரத்தின வீடத்தில் பொன்னாலான சிமமாசனத்தில், தாமரை மலரின் மீது அமர்ந்திருப்பான் கருக்கி விராத்த தங்கிய பொன்னு இருபின் புண்டியவளை ஏற்றி கண்கள் கலையவன். தங்க நுண்ட வங்கை அணிந்தவன் தளவரில் இனம் சந்திரனை சூடிய கீடாயிரமுடையக் கொண்டுவன சந்த முகமும், பங்க கர்ட்டும் முகமும் கொண்ட, வில் பொன்னு பருவத்திராடு கர்ட்டிக் கொண்ட பவன் ஒரு கையில் கதாபுதம். மற்றொரு கையில் எதிரிலின் தாக்கை பிடித்தவனாயும். பாசப் வஜிராயுதத்தை மற்ற இரு கைகளில் ஏந்தி வேண்டியவான் சக்தி பிம்பம் போன்று ஜோலிக்கிறான்.

ஒருகாலத்தில் கிருதவுகத்தின் தொடக்கத்தில் பிரதமம் ஏற்பட்டது. அப்போது சூராவனிக் காரற் உண்டாயிற்று தாலாபகமும் சமுத்திரம் சூழ்ந்து பொங்கியது சூராவனிக் கூறும் சமுத்திர ஜலமும் ஒன்றிராடு ஒன்றி மோதியது இதனால் சமுத்திரத்தின் கோக் சித்தியால் இந்த விஷ்ணு பட்டமடைந்தான். அப்போது மகாசுதா விஷ்ணுவைத் பகனாமுடி பதிரத்தை உபரிதமம் செய்தான் அவர் துபதததம் திருத்திவைத்து மகாதிரிபு கந்தரி ஜலத்தில் விண்ணாட வேண்டி அந்தம் கொண்டு சென்றான் நாட்டிலுள்ள பெரிய மருகன் தா தாமயிப தடாகத்தில் இருக்கிறான். அப்போது ஸ்ரீ மகாதிரிபுரகந்தரி பரியமணி சூன்வியால் பகனாமுடியை சூன் பவித்தான். இந்த பகனாமுடிக் தேவி ஜலம்கையும் அகையாது கதாமாணம் செய்யப் பெருஞ்சக்தியுடையவனாய்த் தோன்றினான் துவன் தாவநியது சூராயனிக் காரற், சமுத்திர கொத்தகிப்பும் தீவறு அப்போது உலகில் உள்ளவர்கள், மற்றும் தேவர்கள் மகிழ்ந்தனர். கந்தமாமம் செயல்க்கடிய கலயமம் பெற்றதால் எதமயில் என்ற பெயரும் இந்த பகனாமுடி தேவிக்கு உண்டி

**பிரம்மாஸ்திரம்  
போன்ற**



பஸ்மாக்கரன் சிவபெருமானைக் குறித்து பல வகுடங்கள் கோர தவம் நடத்தினான். ஆகையால் தெரிமூத்த சிவபெருமான் "யார் தளையின் தாள் எகையை எவகிவின்றோ" எனப் பஸ்மாக்கரன் (சாமபலாக) வேண்டும். அதற்குரிய மந்திரமும் அருள் செய்துமே என்று விருமரி வரம் அளித்தான் சிவபெருமானும் அப்படியே வரமளித்தார். வரம் அளித்த பஸ்மாக்கரன், தான் பெற்ற வரம் பலிக்கின்றதா என்பதை ஆராய விருமயின் சிவபெருமானை தளையிலே எகையை எவகக நீர்மாணித்தான். வரம் வரலளம் பொருத்திய சிவபெருமான் தான் அருளிய வரம் பின்பாக்க கூடாது என்று என்ன? அவயிடத்திலிருந்து மறைந்தார் இவ் வியரம். அதித விஷ்ணு மோஹினி வேஷத்தில் வந்து பஸ்மாக்கரனை மயக்கி "யானாத் தேடுகின்றாய்" மயக்கி மேட்டார். பஸ்மாக்கரன் துடந்ததைக் கூறினான். அப்போது விஷ்ணு,

"பஸ்மாக்கரன்! மந்திர உபபேதம் பெற்றால மட்டும் பிரதாது. அதை மந்திரத்திற்கு சிஷி, சதகம், அவகதிரயஸம், கரதிரயஸம் செய்கப்படதான் பண்ட ஏற்படும்" என்று கூறி அப்பாக்கிரத்திற க்கிக் அவகதிரயஸம் செய் யாரக்கலாம் என்றுார். பஸ்மாக்கரன் எனக்குத் தெரியும் எனக் கூறி, அவகதிரயா மம் செய்யும் பிரபுது "சிரியம் ஸ்வாஹா" எனக் கூறி தளையிலே எகையை எவத்தான் பஸ்மாக்கரன் த மேட்டா பஸ்மாக்கரன் சிவபெருமானை பஸ்மாக்கரனில் மீட்டுது தப்பிக்கச் செய்தது பகனாபுறமியின் அருள் திறனேனாகும் என்பது பகனாபுறமாயும ஸ்வாமித்தா ரகியின் வித்தா ஸ்வாமித்தா பஸுதாசிகை

ஸ்வாமித்தி ரகியினி வித்தா  
சத்தானந்தனார் காரிகா  
பரவித்தா மேடுமீச பரவித்தா  
விதாரினி  
பரவித்தா பரவித்தா  
ஸ்தா விதவம்ஸகாரினி  
பரவித்தா ரன்  
தருமினி பரவித்தி  
விதாரினி.

**ஸ்ரீபகலாமுகி தேவி!**

பகனாபுறமி  
பேடு ஆராதனை  
யானது தன்  
ஸ்ரீபகலாமுகி காக்ரம் தன்  
மந்திரத் திறம். தவம்  
பலனைத் தரும் தன் புகழை  
மயகாமரிருககச் செய்யும்.  
விசேஷிகளின் விசேஷத்தை  
அழிகதம் மீது ஏவும் எவம் மந்திரம்  
கண் திருப்பி அனுப்பும் நீயதைச் செய்யும்  
சதருக்களின் கீதநினை பேசுகரும்.  
ஸ்ரீபகலாமுகி தேவியின் மந்திரத்தை ஸ்ரீபகலாமுகி  
கணைக் கண்டு யாவரும் பயம் கொள்வா.  
கலையதில் அஷ்டதிக் பாலகர்க்கும். அஷ்ட  
வினாயகர்க்கும், அஷ்ட ஸ்டரவாக்கும், அஷ்டமாதர்க்



கனம், சிவகணபதிகளும் புறப்பெரு ஸர்வேச்  
வரனான பரமன் ஐகந்தனுனவியான பார்வதி  
யுடன் எழுந்தருளிய ஸமயம் முருகப்  
பெருமான் எழுந்த வணங்கி வேண்டினார்.

"தந்தையே! அரக்கர்களும், அகரர்களும்  
மாயாஸிகை மட்டுமல்லாமல் வில் வித்தை  
விஜயம் அயந்திர சந்திர ப்ரபோகங்களிலும்  
தேர்ச்சியுடையவர்களாகியிருப்பதால் அவர்  
களை ஜெயிப்பது கடினமாயிருக்கிறது.  
ஆகவே தாங்கள் அருள்கூர்ந்து அவர்களை  
ஜெயிக்கக்கூடிய சிறந்த அயந்திரத்தை (மத  
நிரத்தை) எனக்கு அருளவேண்டும்" என  
பிரார்த்தித்தார்.

"வேலாயுதத்தால் கிரெஞ்சு மலைமைய  
இரண்டாக பிளந்த முருகா! கிரம்மான்திரம்  
தவிர மற அயந்திரங்களால் வெற்றியடைப  
முடியாது. அந்த பிரம்மான்திரம் எனது அரீய  
வித்தையை உனக்கு உபதேசம் செய்கிறேன்"  
என்று அம்மந்திரத்தை (பகனாமுனி) உபதேசித்  
தார்.

"மகனாகக் கொடுக்கலாம், தலைவரைக்  
கொடுக்கலாம், ஆனால் பிரம்மான்திர  
ஸ்வரூபினியான கதம்பினி என்ற பகனாமுனி  
மந்திரத்தை, வாருக்கும் கொடுத்து விடக்  
கூடாது" என்று முருகனிடம் பரமேஸ்வரன்  
போதித்தார்.

இந்த பகனாமுனி தேவி பூகனுயானது  
எதிரிகளின் பேச்சு சாமர்த்தியம், பொய்ச்சை  
உண்மையாகிய ஜால வராதத்தைகளால்  
வாதாடி ஜெயிக்கும் தன்மையை தலைமுனைய  
யச் செய்யும், வாகுலவாதத்திலும், பெரிய ராஜ்  
சபைகளில் பேசும் போது இந்த பகனாமுனி  
தேவியின் அருளை துணைகொள்வர்

எதிர்த்து வாதாடும் பேர்களின் வாகுலை  
(பேச்சை) தடுப்பான். இப்புகை செய்தவரைப்  
பாத தாலே போதும், எதிரிகளுக்குப் பேச்சே  
வராது.

இத்திர ஜாலம், மாயமாலம் செய்து  
ஏமாற்றும் மனிதர்கள் வேலை பகனாமுனி  
தேவியின் முன்பு பஸிக்காது. பரமஜம்ஸ  
ஸ்ரீமத் புவனேஸ்வரி க்ஷாமிகன் அடிக்கடி  
காலிரி ததி, கங்கை நதியில் மார்பு அளவு  
நீரில் தின்று இந்த ஜபத்தை தட்டிவார்த்து,  
சென்னை அபேக தகரில் வசிகளும் நாரா  
யண அப்பரின் வாழ்வில் பகனாமுனி தேவி  
யின் தபவால் ஒரு சம்பவம் நடத்தது. சிதை  
தண்டனை அளவுக்குச் செல்லும் நிலை  
நாராயண அப்பாக்கு வந்தது. கிசாரணை  
செய்வாது நாராயணனுக்கு இத்திலை ஏற்  
பட்டு விட்டது. எப்போது என்ன ஆகி  
விடுமோ என நாராயணன் மனப்பதியால்  
கஷ்டப்பட்டார். பகனாமுனி தேவியின் ஜபமே  
துணைவாகக் கொண்டு ஸ்ரீ புவனேஸ்வரி  
க்ஷாமிகன் அவர்களுக்காகப் பிரார்த்தித்தார்.  
செத்தாமரை மலர்களால் ஆராதித்தார்.  
இரண்டு வருடமாக கிசாரணை, அலமரி  
யானது என பாடாடப்படுத்திய விதிவின் விளை  
வாடும், சிதைதண்டனையும் நாராயணனை  
விட்டு விடவில்லை. சிதைத் தண்டனை இல்லா  
மலே போனது. நாராயணனின் மனது பகனா  
முனியை திருவடி மலிமையை எண்ணாமல்  
இருக்கமா?

கேரட்ட, வழக்குகளில் வெற்றி பெற  
வேண்டுமானாலும் பகனாமுனியின் அனுக  
ரஹ தோன. வாதாடும் திறமையை அருள்  
பலன் பகனாமுனி மதித்து மததை வளர்த்து

இனுப்பர் எட்டி, தோனாகக் கல்லை எத்தனை நன்றாக தேய்த்தாலும்  
நினை உபயோகிப்பதால் காத்தோரங்களிலும் அடிவிலும் கருப்பாக பிசுக்கு

பிடித்துக் கொள்கிறது. இதைச் சுலபமாக நீக்க  
ஹார்ட்லோ கடைகளில் கிடைக்கும். சிலிசாக் காக்ஸைட்  
பேப்பர் வாங்கி வந்து இனுப்பர் எட்டி/தோனாகக் கல்லை

தண்ணீரில் அலம்பி விட்டு இந்தக் காகிதத்தில்  
ஒரு சிறு துண்டு வெட்டி எடுத்துக் கொண்டு  
தேய்த்தால் கருப்பெல்லாம் மாயமாக மறைந்து  
விடும். வழுடக்கணக்கில் பிசுக்கு பிடித்திருந்

தால் சில தடவைகள் தேய்த்துக்  
கழுவினால் சுத்தமாகி விடும்.

- உஷா





# GOKULAM

The monthly magazine for children

**JULY '98 ISSUE**



**NEW PICTURE STORY**

**• BIRTHDAY  
NUMBER**

**100 EXCITING PRIZES**



**BOOK YOUR  
COPY NOW!**

**Rs. 6/- only**

47, Jawaharlal Nehru Road,  
Ekkaduthangal, Chennai - 600 097

எப்போதும் ஞாபக சக்தியை அதிகரித்துக் கொண்டேயிருக்கும் தன்மைவை தருபவன். மஞ்சள் வஸ்திரம் அணித்து மஞ்சள் பூக்களால் (சாமத்தி சண்பகப் பூ) அர்ச்சனை செய்வதால் வீதி அடைபவன். எல்லாமிச்ச பழ சாறும், பால் பாயலும் நியேதனம் செய்தால் மகிழ்ச்சி அடைபவன் பூவண்பழம், ரஸ்தூயி, ஆரஞ்சு இவற்றை ஏற்று திருபதியடைபவன்.

மனதிலை பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு தீவாரணம் காண பகனாதேவி ஆராதனம் தன் கண்ட பலனாகும். வீட்டில் எல்லா பாத்திரங் களையும் கோபம் வந்து தூக்கி உடைப்பது, சாப்பிடும் போது, உணவாக தட்டி விட்டு எழுத்து போவது, துங்கிக் கொண்டேயிருப்பது, ஒரு வாரத்தையுடைய அடிக்கடி சொல்வது, எல்லோரிடம் சுக சுகமாய் பழகாம விடுதல், தன்மனிக சூராவை திறந்து விட்டு அதிக நேரம் குளித்துக் கொண்டேயிருப்பது, துழவு நடைபாடையால் எதிலும் வெறுப்பாக நடத்து கொள்வது என பதிலெட்டு வயதான சித்ரா நடத்து கொள்ளிருந்தாள் தளராப படித்து திருமணம் செய்துக்கொண்டிருப்பது கிறாபினை என சித்ராவின் பெற்றோரை வருத்தவாட்டனர். சென்னை, திருவல்லிக்கேணி ஹோம்ஸ்காரை கோவில் தெருவில் வாழ்ந்து வரும் ஸ்ரீபுலகேசவரின் கவாமிகிட்டிம் இவ்வுதப பரிசாரம் காண சித்ராவை அழைத்து வந்தனர். அவர் ஸ்ரீபாத்வாஜ ஆசாமததில் அஷ்டமி தினத்தியை பகனாழி தேவியை நம்பத்தியில் ஆவாழ்நன் சென்று தீவாரணத்தையும் நடத்தினார்கள்.

வெ பூபிவா, வெண்தாபனா, வெண்கருடு, நவகுளியம் இவற்றை பகனாழி தேவியை நம்பத்தியாரை. ஒம் ஹலிம் பகனாழி வாவதுவா. ஈனாம வரசம் நுகம் பதம் கதாபாப, ஹீனவாப கிளவ புக்திம் வீனாசய ஹலிம் ஒம் கவாஹா எனது ஆராதனெட்டு முறை ஆவாததியாக தீவாமம் நடத்தினார் கள் அந்த தீவாரம் சாப்பிலை மருத்தாக சித்ரா வுகது ஸ்ரீ லவாபிகல் கொடுத்தார்கள். சித்ரா, ஈனத்தெனிலு பெற்று இளது சிட்டாக பதந்து துல்லவண்ணம் இருக்கிறாள். வரும் ஆவனி மாதம் திருமணமும் தீச்சலிக்கப்பட்டுள்ளது பகனாழிவின் மூலாதிரத்தைத் தருந்த குருவியை உபதேயம் பெற்று வாழ்வில் உயர்ந்த வர்கள் அநேகம் போ காணார்கள். பகனாழிவி ஆராதனை உள்ளதிலைக்குக் கொண்டு செல்லும். தீவார வாலவையும் அழிக்கும். பகனாழிவிதேவி பலா குடுப்பங்கலில் இன்று குலதீபமாக இருக்கிறாள். அவர்களின் குடும் பத்தில் எப்போதும் அருவிரகாசத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டே திவையாக தங்குகிறாள்.

— ஸ்ரீ பாத்வாஜ கவாமிகன்.



கத்தமாக சரியாகச் செய்ய வேண்டும் என்று ஆர்வம் உள்ளவர் நீங்கள். அத்து குறிப்பிட்ட இடத்தில்தான் இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புவார் நீங்கள். மற்றவர் வீட்டில் அப்படி இல்லாததைப் பார்க்கும்போது உங்களுக்கு எரிச்சல் வரலாம். காதல், செக்ஸ் போன்ற விஷயங்களில் அதிக நாட்டம் இல்லாமல் குடும்பம், சூழ்நிலைகள் என்பவற்றில் அதிக நாட்டம் உங்களுக்கு உண்டு. அது நன்றாக உண்டு. அதனால் பலரது கஷ்டங்கள் உங்களுக்குத் குறைவு.

**பச்சை :**

**நீங்கள் ஒரு யதார்த்தவாதி.**  
உங்களை நம்பலாம். உங்களை கணவருக்கு

# பெண்களும் நிறங்களும்

உள்ளமையாக நடந்து கொள்வீர்கள். நல்ல நண்பர், உங்களைப் பார்க்கவர்களுக்கு நீங்கள் ஒரு 'கெடுமீடி' ஆளாகத் தெரியும். முகத்தில் புன்முகை அப்படி ஒன்று அழகம் காணாது.

நீங்களே உங்களைப் பற்றி ஒரு மாதிரி யாகத்தான் - இதயத்தில் சரமில்லாத வளர்ப் போகத்தான் நினைத்துக் கொள்வீர்கள். உங்களை இதயத்தில் நிறைய கருவளை கொண்டு அது வெளியே - முகத்தில் தெரிவதில்லை. அதிக ஆர்ப்பாட்டம் இல்லாத வரழகை உங்களுக்குப் பிடிக்கும். பெரிய சாதனைகள் மீதில் உங்களுக்கு அவ்வளவு ஆர்வம் இல்லை. தனி மையாக இருப்பது உங்களுக்கு

**பெண்**

**களை - உங்கள் குடும்பப் பிடித்த நிறமென்ன?**

மஞ்சளா, பச்சையா, சிகப்பா, நீலமா, கறுப்பா அல்லது வெள்ளையா?

**எந்த நிறம்?**

உங்களுக்குப் பிடிக்கும் நிறத்தைக் கொண்டு உங்களது குணாதிசயங்களைச் சொல்லி விடலாம் என்பதற்குள் மனோதத்துவ ஆராய்ச்சியாளர்கள்.

காதலிக்கும் ஆண்கள் - கல்யாணம் செய்து கொண்ட ஆண்கள் - கல்யாணம் செய்து கொண்டு பிரம்மச்சாரிகளாக இருக்கும் ஆண்கள் - ஆக எல்லோருக்கும் இதற்கு உட்குறை உதவும்.

**மஞ்சள் -**

**நீங்கள் ஒரு கற்பனை வாதி.** களவு உலகத்தில் சஞ்சரிப்பவர். விளையாட்டுக் குழை. உங்கள் வாழ்க்கையில் அதிகமாக இடம்பெறும். உங்களைச் சுலபமாக வளைத்துப் போட்டு விடலாம். ஆண்கள் உங்களது குறைகளை மற்றது உங்களுக்கு உற்சாகமான செக்கைகளைப் பாராட்டுவார்கள் செய்யும் காரியங்களை

'போர்' அடிக்காது. அதே சமயத்தில் மற்றவர் களோடு சேர்த்து பழகுவதிலும் உங்களுக்கு விருப்பம் உண்டு. மற்றவர்களுக்கு குறைகளை சில சமயங்களில் சுட்டிக்காட்ட விரும்புவீர் கள். நீங்கள் வேலையில் இருந்தால் உங்களுக்கு அங்கே தல்வ மதிப்பு உண்டு. நீங்கள் உயர் நிலைத்தால் இன்னும் உயரலாம். ஆனால் அதற்குத் தடைபடக் இருப்பது உயரவதில் உங்களுக்கு ஆர்வம் இல்லாததே.

**சிகப்பு :**

**சிகப்பு நிறம் -**

மாபெரும் வெற்றி பெற்றவர்களின் நிறம். தலைவர்கள் விரும்பும் நிறம்.

உங்களுக்குத் தலைமைப் பதவியை அடைய வேண்டும், தலைவியாக இருக்க வேண்டும் என்பதில் அதிக ஆர்வம் உண்டு.

தீர்மானம் எடுப்பதில் வலுவார். அதிகமம் நொடியில் தீர்மானம் எடுக்கும் கதரீயம் படைத்தவர்.

உங்களுக்கு இதயத்தில் கருவளை இருந்தாலும் உங்களுக்கு அதிகாரம் கிடைத்தால் அது உங்களை ஆட்டிப் படைக்கும். உங்களுக்கு இதயம் உண்டா? என்று பலரும் கேட்டார்கள்.

இந்த நிறம் பலருக்கும் உங்கனிடம் வெறுப்பைத் தரும்.

தோல்விகளைத் தாங்கும் மனம் இல்லை உங்களுக்கு.

நீங்கள் தாய் சிறந்தவர். உங்களை விட டால் வேறு யாரும் இல்லை. நீங்கள் செய்யும் காரியத்தை உங்களைத் தவிர வேறு யாராலும் செய்ய முடியாது என்பதே அபிப்பிராயம்.



எதும் எழுதி வைக்க ஒட்டிய பிசு ஒரு முக்கிய விஷயம் எழுத விட்டுப் போகத் தெரிவித்து. வேறு கை எழுதாமல் இந்தக் கவரையே தேயிடுவதால் பிசுக் வேண்டுமானால் துக்கில் புது ஏன் ஆகி வரும்போது ஒரு கிடுக்கிவினால் கவரின் ஒட்டிய பாகம் களில் ஆகிப்படுமபடி ஒரு நிமிடம் சூத்தரம் சிரமமிடுவதால் கவரை, தேயிடுவது பிசித்து விடலாம்.

- சித்ரா - குர்வா

**உள்ளவர்.**

**அதனால் -**

அதிக தலைக்கனம் உண்டு உங்களுக்கு. இருத்தாலும் மற்றவர்கள் செய்யும் தவறுகளை மன்னிக்கும் தன்மை உடைபவர் நீங்கள்.

குடும்பம் உங்களுக்கு முக்கியம்.

**நீலம் :**

உங்களுக்கு குறைகளை, துக்கங்களை நீங்கள் வெளியே சொல்லிக் கொள்ள விரும்ப மாட்டீர்கள்.

அதனால் உங்களைப் பார்த்து யாரும் பரிதாபப்பட மாட்டார்கள். உங்களுக்கு துக்கம் உங்களை மனதை வாட்டிக் கொண்டு இருக்கும். உங்களுக்கு ஆதரவாகப் பேச ஒருத்தரும் இருக்க மாட்டார்கள். கவிதைகள் எழுத ஆரம்பம் உண்டு உங்களுக்கு. உங்களுக்கு தொழிலில் உங்களுக்கு மதிப்பும் மரியாதையும் கிடைக்கும்.

**கறுப்பு :**

**நீலம்** ஒரு அபூர்வமான மனநிலை. நீங்கள் எப்படிப்பட்டவர் என்று யாராலும் உங்களை மதிப்பிட முடியாது நீங்கள் மற்றவர்களைப் பற்றி விரைவாகத் தெரிந்து கொள்வீர்கள் - புரிந்து கொள்வீர்கள்.

உங்களுக்கு முகத்தில் அங்கங்களை சிரிப்பு வராது.

உலகில் உள்ள மொத்த கவனங்களும் உங்களுக்கு முகத்தில் இருக்கும்.

வாழ்க்கையில் அர்த்தமென்ன? என்று அடிக்கடி ஆராய்ந்து கொண்டிருப்பீர்கள்.

உங்களுக்கு உணர்ச்சிகளை பல சந்தர்ப்பங் களிலும் சுட்டிப் போட்டு அடக்கி வைக்கத் தான் நினைக்கிறீர்கள். ஆனால் அது முடிவதில்லை.

'ஏன் இப்படி அதிக உணர்ச்சிவசப்படுகிறோம். இது தேவையா?' என்று அடிக்கடி நீங்களே உங்களைக் கேட்டுக் கொள்வீர்கள், குறை தெரியும்.

ஆனால் அதைப் போக்கிக் கொள்ள உங்களால் இயலாது.

உங்களுக்கு உணர்ச்சிகரமான - கோபமான பேச்சால் - பாதிக்கப்படாமல் உங்களுக்கு கோபத்தின் பின்னால் இருக்கும் காரணங் களைப் புரிந்து கொண்டு உங்களைத் தவறாக நினைக்காதவர் மாத்திரமே உங்களை அதிகமாக தேசிக்க முடியும். அப்படிப்பட்ட உணர்வுக் காரணங்களை அறிந்து.

நீங்கள் ஏன் இந்த திறத்தை விரும்புகிறீர்

# இலவசம் பிரஷ்

புதிய வண்ணமிகு  
வடிவத்தில்

சூப்பர்

## ஏ-ஒன்

### கிளீனிங் பவுடர்

- பாத்திரங்கள் பளபளக்க!
- கண்ணாடி, பீங்கானும்  
மினுமினுக்க!!



½ கிலோ & 1 கிலோ பாகெட்  
வாங்குபவர்களுக்கு  
பாத்திரம் துலக்கும் பிரஷ்  
**இலவசம்.**



**For Trade Enquiries contact:**

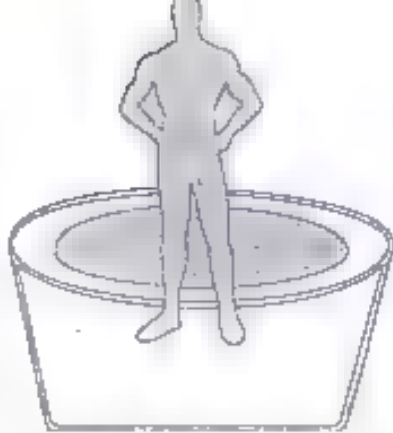
**Mrs. Sekar Products Pvt. Ltd.**

Administrative Office: 155, Puresawalkam High Road, Kallys, Chennai-10.  
Ph.: 642 3315, 642 3325. Fax: 6426585.



காலை + இரவு இரு வேளை சந்து துடைய  
நீரில் கால் பாதம் முழுவதும் சூழ்ந்துவது  
போல் (டப் டில் நீர் விட்டு) தினசரி 10 நிமிடம்  
நின்று பாருங்கள். கால் வலியா? போயே  
போச்சே என்பீர்கள். நீரில் நித்தும் பொழுதே  
தடைகள், நரம்புகளின் விசிறம் உண்டாகுதல்  
நன்கு தெரியும். அதோடு கால் வலி அதிகம்  
உள்ளவர்களுக்கு உடனே பவன் தெரிவம்.

- பாண்டி இராஜேந்திரன்



கள்?

உங்களை வாழ்க்கையில் ஏதப்பட்ட  
சோகமான நிகழ்ச்சியா? மனதில் இருக்கும்  
சொல்லு முடியாத வேதனைகளா?

அவ்வது உங்களை முகமுடிக்கும்  
வேறொரு மறுவி இருக்கிறதா?

வேன்னை :

**பொறுமையில் தீங்கை தீங்கதான்.**  
அவசரப்படாமல் நிதானமாக முடிவு  
எடுப்பவர மனதில் தோன்றுவதை அப்படிவே.  
சொல்லக்கூடிய எதிர்ப்பம் உள்ளவா. இந்த  
காரணத்தில் உங்களுக்கே உங்களை சில  
சமயங்களில் பிடிக்காது. இந்தக் குணத்தை  
உங்களால் மாற்றிக் கொள்ளவும் முடி  
வதில்லை. வாழ்க்கையின் எந்த மட்டத்தில்  
இருந்தாலும் சாதாரண வாழ்க்கையை வீழும்  
புடவார். இதனால் உங்களை பலருக்கும்  
பிடிக்கும் சமுதாயத்திற்காக உங்களால்  
இயன்ற - சில சமயங்களில் உங்களால் இய  
லாத - உதவியைக் கூடச் செய்ய விரும்பு  
வீர்கள். பெரிய இட்டங்கள் போட்டால்  
உங்களால் செயல்படுத்த முடியவில்லை.  
உங்களைப் பலரும் புரிந்து கொள்வதில்லை  
என்பதுதான் உங்களுடைய பெரிய மனக்  
குறை. வார்த்தைகளில் சொஞ்சம் தாக்கு  
இருந்தால் இன்னும் திறைய பேர் உங்களை  
விரும்புவார்கள். மற்றவர்களைப் பேசுவதும்  
காது கொடுத்துக் கேட்க கற்றுக் கொள்  
னார்கள்.

**இந்த நிறங்கள் எல்லாம் ஆதார  
நிறங்கள்.**

மற்ற நிறங்கள் எல்லாம் -

இதில் எதாவது இரண்டு நிறத்தைக்  
கவந்தால் கிடைக்கும் கலப்படமான நிறம்.

உதாரணமாக -

ரோஸ் நிறம்.

கிசம்பையும், வெள்ளையையும் கவந்தால்  
கிடைக்கும் நிறம் உங்களை குணாதிசயம்  
உடும் இரண்டு நிறத்திற்குரிய குணாதிசயம்  
கூடும் இருக்கும்.

கலப்பட கவர் பிடிக்குமா?

உங்களுக்கு பகி. மதமாபந்தமான விஷ  
யங்களில் ஈடுபாடு அதிகம். அதிகமாகக்  
கோணிக்கூடப் போவீர்கள். வீட்டில் பூனை  
அதிக தேரம் செய்வீர்கள். ஸ்தோத்திரப்  
பாடல்களைப் பாடி, படித்து வீட்டில்  
அரசனை செய்வீர்கள். உங்களிடம் ஒரு  
உனித்தன்மை இருக்கும்.

வாழ்க்கையில் முன்னேற வேண்டும்  
என்ற ஆர்வம் எப்போதும் உங்களிடம்  
உண்டு.

**பிரேமன் கவர் பிடிக்குமா?**

மற்றவர்கள் உங்களைப் பற்றி நினைப்பது  
போல் நீங்கள் அவ்வளவு சாதாரணமானவர்  
அல்ல.

உங்களுக்கு அவர்களிடம் இல்லாத  
உயர்வு பாவிப்புகள் திறைய உண்டு.

**ஆரஞ்சு கவர் பிடிக்குமா?**

கறகறுப்பு உங்களிடம் எப்போதும்  
இருக்காது.

இன்னும் வேண்டும். இன்னும் வேண்டும்  
என்ற மனப்பான்மை உங்களிடம் உண்டு.

நீங்கள் எந்தவிதத்தில் இந்த நிறத்தைக்  
தோந்தெடுத்தீர்கள்? உங்களை அவமாரியில்  
உள்ள புடவைகளின் நிறங்களைக் கண்டீர்?  
அவ்வது இயற்கையின் நிறங்களைக் கண்டீர்?

எப்படி இருந்தாலும் நீங்கள் தீங்கதான்.  
என்னதான் நிறத்தின் குணங்களுக்கு ஏற்ப  
மாதிரிய இருக்க முயற்சித்தாலும் உங்களால்  
தொடர்த்து தாக்குப்பிடிக்க முடியாது. உங்  
களுக்குப் பிடித்த நிறங்களோ அதற்குரிய  
குணாதிசயங்களை உங்களுடைய தொடர்த்து  
இருக்கும்.

— கும்பநாதன்

**புதிய லாக்மே ஜனலினர்.**

**MISSION STATEMENT** Our mission is to provide the highest quality of care to our patients, while maintaining the highest standards of safety and quality.

தீட்டுவது எளிது.



13. AMERICAN UNIVERSITY  
14. AMERICAN UNIVERSITY  
15. AMERICAN UNIVERSITY  
16. AMERICAN UNIVERSITY  
17. AMERICAN UNIVERSITY  
18. AMERICAN UNIVERSITY  
19. AMERICAN UNIVERSITY  
20. AMERICAN UNIVERSITY  
21. AMERICAN UNIVERSITY  
22. AMERICAN UNIVERSITY  
23. AMERICAN UNIVERSITY  
24. AMERICAN UNIVERSITY  
25. AMERICAN UNIVERSITY  
26. AMERICAN UNIVERSITY  
27. AMERICAN UNIVERSITY  
28. AMERICAN UNIVERSITY  
29. AMERICAN UNIVERSITY  
30. AMERICAN UNIVERSITY  
31. AMERICAN UNIVERSITY  
32. AMERICAN UNIVERSITY  
33. AMERICAN UNIVERSITY  
34. AMERICAN UNIVERSITY  
35. AMERICAN UNIVERSITY  
36. AMERICAN UNIVERSITY  
37. AMERICAN UNIVERSITY  
38. AMERICAN UNIVERSITY  
39. AMERICAN UNIVERSITY  
40. AMERICAN UNIVERSITY  
41. AMERICAN UNIVERSITY  
42. AMERICAN UNIVERSITY  
43. AMERICAN UNIVERSITY  
44. AMERICAN UNIVERSITY  
45. AMERICAN UNIVERSITY  
46. AMERICAN UNIVERSITY  
47. AMERICAN UNIVERSITY  
48. AMERICAN UNIVERSITY  
49. AMERICAN UNIVERSITY  
50. AMERICAN UNIVERSITY  
51. AMERICAN UNIVERSITY  
52. AMERICAN UNIVERSITY  
53. AMERICAN UNIVERSITY  
54. AMERICAN UNIVERSITY  
55. AMERICAN UNIVERSITY  
56. AMERICAN UNIVERSITY  
57. AMERICAN UNIVERSITY  
58. AMERICAN UNIVERSITY  
59. AMERICAN UNIVERSITY  
60. AMERICAN UNIVERSITY  
61. AMERICAN UNIVERSITY  
62. AMERICAN UNIVERSITY  
63. AMERICAN UNIVERSITY  
64. AMERICAN UNIVERSITY  
65. AMERICAN UNIVERSITY  
66. AMERICAN UNIVERSITY  
67. AMERICAN UNIVERSITY  
68. AMERICAN UNIVERSITY  
69. AMERICAN UNIVERSITY  
70. AMERICAN UNIVERSITY  
71. AMERICAN UNIVERSITY  
72. AMERICAN UNIVERSITY  
73. AMERICAN UNIVERSITY  
74. AMERICAN UNIVERSITY  
75. AMERICAN UNIVERSITY  
76. AMERICAN UNIVERSITY  
77. AMERICAN UNIVERSITY  
78. AMERICAN UNIVERSITY  
79. AMERICAN UNIVERSITY  
80. AMERICAN UNIVERSITY  
81. AMERICAN UNIVERSITY  
82. AMERICAN UNIVERSITY  
83. AMERICAN UNIVERSITY  
84. AMERICAN UNIVERSITY  
85. AMERICAN UNIVERSITY  
86. AMERICAN UNIVERSITY  
87. AMERICAN UNIVERSITY  
88. AMERICAN UNIVERSITY  
89. AMERICAN UNIVERSITY  
90. AMERICAN UNIVERSITY  
91. AMERICAN UNIVERSITY  
92. AMERICAN UNIVERSITY  
93. AMERICAN UNIVERSITY  
94. AMERICAN UNIVERSITY  
95. AMERICAN UNIVERSITY  
96. AMERICAN UNIVERSITY  
97. AMERICAN UNIVERSITY  
98. AMERICAN UNIVERSITY  
99. AMERICAN UNIVERSITY  
100. AMERICAN UNIVERSITY



2) இப்போது அப்பாது  
புறக்கணித்துவிட்டு  
மீண்டும் கிழக்கு  
புறக்கணிப்பதை, சமீப  
காலத்தில் நடைபெற்று  
வரும்போது மனம்  
மிகவும் குழப்பமாக  
உள்ளது. இதற்கு  
மிகவும் குறிப்பாக

# LAKMÉ



6. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 10, 1171-1178.

இதுபோல் நம்  
ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு  
லட்சியம் இருக்கும்...  
இருக்கவேண்டும்.

வக்கீலாக... டாக்டராக...  
வங்கி அதிகாரியாக...  
இப்படி எத்தனையோ  
கனவுகள்... குறிக்கோள்கள்.

இளம் வயதில்  
நம் உழைப்புதான் வெற்றிக்கு  
அடிப்படை. மாறாக,  
சபலத்திற்கு இடம்  
கொடுத்தால்...  
வாழ்நாளெல்லாம்  
அவலம்தான் மிஞ்சும்.

சாதனை படைக்க வேண்டிய  
வயதில் சபலம் எதற்கு?

**நான்**  
**இஞ்சினியர்**  
**ஆகனும்**  
**அதுவே என்**  
**குறிக்கோள்**



தமிழ்நாடு எம்ப்ளஸ் கட்டுப்பாட்டு சங்கம்  
417, பாத்தியன் ரோடு, சென்னை - 600 008.  
போன் : 8255467, 8255261, 8254917  
ஹைட் லைன் : 8256882, 8256864.



அந்தப் போர்  
நா வானோத்தி  
அரங்கேற்றப்பட்டது.  
மாறுதல்களற்ற  
நாட்களின்  
தவறாத வகுரை  
வாழ்வின் வறுமையை  
பொக்கை  
மேடைபாக்கியது.

முதுமை பயம்  
இன்னும் முடிபாத  
கடமைகள்.  
பிறர் சொற்கள் நடுவே  
ஒளைய எச்சங்கள்  
இருப்பதாய் பிரமை  
அவரைப் புரிபாத

## ம க னி ன்

நீறிதொகு நான்  
அதே புத்தம்  
இம்முறை  
நியாயக் கற்று  
அவன் பக்கம்  
அதிகமாக விரிபது  
ஆக,  
அதிகமாகக் கத்தினான்,  
கடந்த காலத் தவறுகள்  
நீண்டும்  
துலங்கோல் ஏறிய  
ஒன்றிய  
சத்தோஷங்களும்  
வாதக் கல்லில் நீண்டும்  
உரைத்தப் பார்த்தப்பட்டன.  
இறுதியில்  
அவர் எழுந்தார்



## சைக த ட்ட ல்

மனைவியும் மக்களுமாம்.  
"கொடி" வாந்ததைகளைக்  
கொடி விட்டு  
அவனால் ஆற்ற முடிந்த  
ஒரே செயல் -  
பல நாட்கள்  
ஏற்கெனவே அவன்  
செய்ததே -

கட்டையை அணித்தார்  
காலணி மாட்டினார்  
வெளியே நடத்தார்  
தவறில்லை.  
மனிதனுக்கு  
மாற்றம் தேவை.

கட்டையை எடுக்க.

"இல்லை...  
நான் சிறிது நேரம்  
வெளியே செல்ல வேண்டும்" -  
சுழிய மனைவி  
கொடியிலிருந்து  
சேலை பறித்தார்  
மாற்றினார்  
பூப்பட்டான், காலணியுடன்;  
சிறிது நேர  
மாறுதல் தேடி.

கைத்தட்டல் வந்தது  
மகனிடமிருந்து.

- ஜோசப் குமார்



குழந்தை குடும்பத் தன் மிகப் பெரிய சொத்து. இருந்தாலும், நல்ல கல்வி அறிவு கொண்ட குடும்பங்களில் கூட, விஞ்ஞானரீதியாகக் குழந்தை மீது சரிவரான கவனம் செலுத்தப்படுவதில்லை. குழந்தையின் முதல் சில ஆண்டுகளில், குழந்தைக்கு இருக்கும் ஆற்றல்கள் பற்றி நமக்கு ஒன்றுமே தெரிவதில்லை. குழந்தை நல்ல முறையில் வளர்ந்து புத்திசாலித்தனத்துடன் விளங்குவதற்கு எடுகூடான வேறு ஏது மில்லை. குழந்தைகளுக்கே சரிவரான முறையில் பேணி வளர்ப்பதற்கான உத்திகளைப் (Child Engineering Techniques) பற்றிப் பல ஆய்வுகள் நடத்தப் பெற்று, இந்த உத்திகள், பெற்றோருக்கு எப்போதும் கிடைக்கக்கூடிய தயாரிதலையில் உள் ளன. இருப்பினும், நம்மில் எத்தனை பேர் இந்த உத்தி களைப் பின்பற்றுவதெனும் என்ற பது மிகப் பெரிய கேள்விக்குறி.

குழந்தை வளர்ப்பு உத்திகளைப் பற்றிக் கவனம் செலுத்தாமல் இருப்பது, ஒரு தனிநபரின் குடும்பத்தை மட்டுமல்ல, ஒரு தேசத்திற்கே நீலு விளைவிக்கிறது. ஒவ்வொரு குழந்தையும், பிறக்கும் போது, நல்ல நிறையுள்ளதாக வளர் ஏதுவான முறையில்தான் பிறக்கின்றன. பிற கல் கொள்கையினால் முனை பாதிக்கப்பட்டா லொழிய, எந்தக் குழந்தையும் மதத புத்தி உடையதாக இருப்பதில்லை. பெற்றோராகிய நாம், குழந்தையின் சரிவரான வளர்ச்சியைத் தடைசெய்யும் வகையில் நடந்து கொள்கிறோம், தாமே அவர்களைப் புத்தியெட்டவர்களாக ஆக்குகிறோம். குழந்தைகளுக்கே உரித்தான ஆக்கபூர்வமான சக்தியை தாம் வளர முடியாமல் செய்கிறோம். அவர்களை, சமூகாபத்திற்குப் பயனற்ற வர்களாகச் செய்கிறோம்.

குழந்தையைப் பொறுத்தவரையில், குழந்தையின் ஆரம்ப வளர்ச்சி

நிலையில், குழந்தைக்கு கலமும் பெற்றோர் தாம் வாழ்க்கையில் பல கோணங்களையும், அடிப்படையிலிருந்து, குழந்தை அறிந்து கொள்ளுமாறு வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டியது பெற்றோரின் கடமை. பொதுவாக, குழந்தைக்கு ஆறு வயதாகும் வரை, குழந்தையை அறிவு வளர்ச்சிக்கான தடவடிக்கைகளிலிருந்து ஒதுக்கியே இருக்கச் செய்ய வேண்டும் என்ற ஒரு கருத்து பல விடுகளில் உள்ளது. இது முற்றிலும் தவறான கருத்தாகும். இந்த வயதிலேதான் குழந்தையின் மனத்தின் பல பரிமாணங்கள் உண்டாகின்றன. தடைமுறைவாக, குழந்தைகளின், பல அனுபவங்களில் பங்கு பெறச் செய்யாமல், சில வகை மட்டும் கிர தித்துக் கொள்ளச் செய்கிற அற்பகிறோம்.

# குழந்தையின் ஆற்றலை அதிகரிப்பது

இது தவறான முறை யாகும். விட்டிஜன்ஸ் குழந்தை குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு மிக அடிப படைபாள். அவசியமான, முக்கியமான ஒன்று என்பதை நாம் எப்போதும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். குழந்தைக்கு இயற்கையாகவே இருக்கும் நிறைமகள், விட்டுச் சூழியை சரிவாக இல்லையென்றால் நிசித்துப் போய்விடும்.

1983ம் ஆண்டில் டாக்டர் ரோஜர் லிபெரி, "மனித மனம் விஷயங்களைச் செய்கின்ற செய்வுறு முறைப்படுத்துதிறு" (Processing) என்ற வரலாற்றுப் புது மிக தன ஆராய்ச் சிக்காக தோபஸ் பரிசு பெற்றார். மனித மனம் எத்தனை அற்புதமானது என்பதை வீனக்கு வதில் இந்த ஆராய்ச்சி ஒரு மிக முக்கிய எம்ல் கல்லாகும். இந்த ஆராய்ச்சி, இயற்கையாகவே



குழந்தையைப் பொறுத்தவரையில், குழந்தையின் ஆரம்ப வளர்ச்சி

ஆற்றல்கள் மிகுந்த ஒரு மனிதனை மேலும் ஆற்றலுடையவனாகச் செய்வது எப்படி என்பது குறித்து நடத்தப்பட்டது. நாம், நம் மனத்திற்கு எத்தனை வேலைகளைக் கொடுக்கிறோமோ, அதற்குத் தகுந்தாற்போல மனம் விரிவடைகிறது. அதிக அளவு பொருள்களைப் போடப் போட பெரியதாகும் ஒரே பாதிரம் மனித மனம்தான். மனித வரலாற்றில், யாகுமே, தனது மூனையில் ஆற்றல்கள் முழுவதையும் பயன்படுத்திக் கொண்டதாக, செய்தி இல்லை. குழந்தையின் மனம், இலாசீர்டிக் போன்று எளிதாகப் பண்படுத்தப்படக்கூடியது டாக்டர்

மூன்றாம் வயதில் எண்ணக் கோபீடியா பிரிட்டானிகா முழுவதையும் படித்தான். பதினாந்தாம் வயதிலே, அமெரிக்காவில் மிச்சிகன் சர்வகலா சாலையில் கணக்குப் பாடம் போதிக்க ஆரம்பித்தான்.



எனவே பெற்றோர், சரியான முறையில் முயற்சித்தால், தங்கள் குழந்தைக்கு இயற்கை யாகவே இருக்கும் ஆற்றலை போற்றலாக மாற்ற முடியும்.

இயற்கையிலேயே, ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கக்கூடிய திறமை இருக்கிறது. இந்தத் திறமையைச் சரிவரப் பயன்படுத்தாமைவே குழந்தையின் தோல்விக் குக் காரணம். ஒரு குழிப்



# வயது?

- இச் சிறப்புக் கட்டுரையுள் பொருத்தமான இருக்கும் இக் குழந்தை சிலம். வினோதிகர லும்போலனம் ஸயன்ஸ் கிளப் நடத்திய வினாவில் பாதுகேப் போட்டியில் வந்து அத்நிப வர். தன்னுடைய மழைக்க ளாவில் விடுவானத்தின் எழுச்சியு முேசின்ன ன்று திடம் அற்புதமாகக் கொள்ளும். இவன் - டுகேஷி, டிக்கும் சிறுமி!

க்ளென்டாமன் என்பவர், மூனை பாதிக்கப் பட்ட ஆயிரக்கணக்கான குழந்தைகளை, வாழ்க்கையில் வெற்றிதடை போடச் செய்துள்ளார். சரியான குழந்தை வளர்ப்புக்கான உத்திகளைப் பின்பற்றியதால் வெற்றி ஏற்பட்டதாகப் பல எடுத்துக்காட்டுகள் உள்ளன. அதில் ஒன்று இதோ. ஆரான் ஸ்டெர்ன் என்பவருக்கு 1952-ம் ஆண்டில் பெண் குழந்தை பிறந்தது. அதற்கு ஈடித் என்ற பெயர் சூட்டப் பட்டது. தன்னுடைய மகனை ஒரு மேதை வாகக் வேண்டும் என்று தீர்மானித்த ஆரான் அதில் வெற்றியும் பெற்றார். தன்னுடைய முதல் வயதில் ஈடித் பேச ஆரம்பித்தான். இரண்டாம் வயதில் படிக்க ஆரம்பித்தான்.

படம் : ஜி. கரேஷ்

பிட்ட விஷயத்தை (அ) பொருளைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாமைவினாலேயே தோல்வி ஏற்படுகிறது. மேலும், ஒரு குழந்தை குழப்ப மடையும்போதோ/சரிப்படையும்போதோ/பீதியடையும்போதோ, தோல்வி அடைகிறது. புரிந்து கொள்வதற்கும், கற்றுக் கொள்வதற்கும், படைப்பதற்கும் தேவை யான திறமையைக் கொண்டுள்ள ஒரு குழந்தை தோல்வி அடைவதற்கு







## இந்த நாட்களில் சனிக்கிழமை பிற்பகல் ரேவதி என்ன செய்கிறார்?

உண்மையிலேயே என் நெஞ்சோடு  
ஒன்றிய ஒரு டிவி நிகழ்ச்சியை நான்  
நடத்திக் கொண்டிருக்கிறேன் எனவே  
இதை "நெஞ்சோடு நெஞ்சம்" என்று  
பெயரிட்டதில் ஆச்சரியமில்லை.

பெண்களுடைய ஆரோக்கியம் மற்றும்  
குகாரம் பற்றிய பிரச்சனைகளுக்கு தீர்வு காண  
முயற்சிக்கும் முதல் தமிழ் டி.வி. நிகழ்ச்சி இதுவே.  
உங்கள் கவனங்கள், சந்தேகங்கள், கேள்விகள் எதுவாக  
இருந்தாலும், எங்கள் நிபுணர்கள் அதற்கு விடை அளிப்பார்கள்.  
"நெஞ்சோடு நெஞ்சம்" நிகழ்ச்சியிலிருந்து நானே எவ்வளவு  
தெரிந்து கொண்டேன் உங்களுக்கும் இந்த நிகழ்ச்சி மிக  
உதவியாக இருக்கும் என்பதில் எனக்கு சந்தேகமே இல்லை  
எனவே, காணத் தயாராகிங்கள்.

நெஞ்சோடு நெஞ்சம்

வாரந்தோறும் சனிக்கிழமை, பிற்பகல் 12.30 மணிக்கு

*anjana*

**SUN TV**

Madison DOWLING TET To

வாடிக்கையாளர் சேவையில்

**108**

ஆண்டுகள்!

முகூர்த்த மட்டுக்கு

மலைவாசல்

உள்ளேகடை

M.N.நாகேந்திரம் ஸன்ஸ்

திருச்சி - 2.

704053



வாடிக்கை

மேலே கூறப்பட்டவையே அடிப்படையான காரணங்களாகும்.

ஒரு துப்பறியும் நிபுணர்/ஒரு நீதிபதி/ஒரு மருத்துவர் ஆகியோர், ஒரு குறிப்பிட்ட பிரச்னையைத் தீர்ப்பதற்காக சில கடினமான வேலைகளைச் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது என்போலே, குழந்தையும், ஒரு பிரச்சனையைத் தீர்ப்பதற்காக கடினமான சில வேலைகளைச் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. உண்மையில், ஒரு குழந்தை, தான் பிறந்த நொடி, பிளீகுத்து, தன் தாயை, முதலில் அவள் குரலினாலும், பின்பு அவள் முகத்தாலும் அடைபாளம் கண்டு கொண்டு பிறகு அவளின் மார்புக் காம்பைக் கண்டுபிடித்து பால் குடிப்பது போன்ற கடினமான பல வேலைகளைச் செய்கிறது. எனவே பிரச்சனையைத் தீர்ப்பது ஒரு குழந்தையின் இயற்கையான இறையி. இந்த வரிசைகள் நீங்கள் ஆச்சரிப்புப்படக்கூடாது.

ஒரு குழந்தை சில வேலைகளைச் செய்ய முடியாமலும், பிரச்சனைகளைத் தீர்க்க முடியாமலும், நோய்விளையும்மாளால், அத் நோய்விடக்கு ஒரே ஒரு காரணம் மட்டுமே இருக்க முடியும். அதாவது, அக் குழந்தையைச் சுற்றியுமுள்ள பெரியோர்கள், குழந்தைக்கு பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கும் வகையிலே வாய்ப்புக்களை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கத் தவறி விட்டார்கள் என்பதும், இந்த வாய்ப்புக்களைக் கொடுக்கத் தவறியதன் மூலம், பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கும் உத்திகளை குழந்தைகள் தங்கள் பள்ளிப் பருவத்திற்கு முந்திய ஆண்டுகளில் (Pre School Years) வளர்த்துக் கொள்ளும் வாய்ப்புக்களை இழக்கச் செய்து விட்டார்கள் என்பதும் தான் இந்த ஒரே காரணம்.

ஒரு குழந்தை புத்திசாலியாக இல்லாத தால்தான் நோற்கிறது (அ) ஒரு குறிப்பிட்ட செயலைச் செய்வதில் தவறி விடுகிறது என்று கூறுபவர்கள், பூமிவீலேயே மிகப் பெரிய பொய்வயக் கூறுகிறார்கள். இதைப் பொய்வய

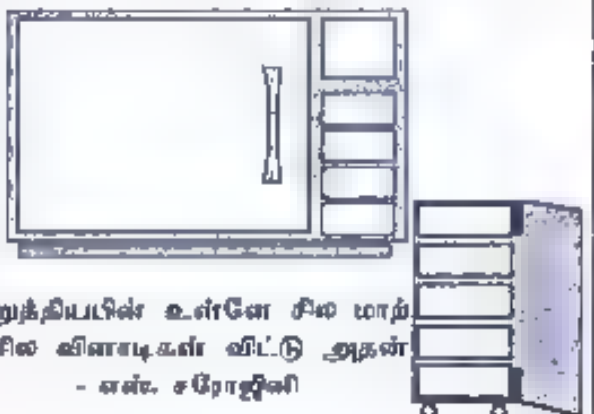
நம்ப வேண்டாம்.

பிறத்த குழந்தை என்னென்ன செய்ய முடியுமென்று ஆராய்ச்சி முடிவில் அதிலப் பட்டுள்ள கீழே காணும் கருத்துக்களைப் படிக்கும் போது நீங்கள் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைவீர்கள்.

எடுத்துக்காட்டு 1 : பிறந்து 20 நாட்களான, ஒரு குழந்தை படுக்கையில் படுத்துக் கொள்ள முடிகிறது. அங்கு ஒரு பெரியவர் நின்று கொண்டிருக்கிறார். இவர், தன் நாக்கை வெளியில் நீட்டி பிறகு உள்ளுக்கிழுத்து - இப்படி பலமுறை செய்கிறார். இத்தச் செயலை, அக்குழந்தை கவனிக்கிறது. குழந்தையும், இதே செயலைச் செய்யத் தொடங்குகிறது.

எடுத்துக்காட்டு 2 : ஆறு வாரங்களே ஆன குழந்தையில் தலையாளையில், குழந்தையின் தலைக்கு இடது பக்கத்திலே ஒரு மிகச் சிறிய விளக்கிள ஸ்விட்ச் பொருத்தப்பட்டது. எதேச்சையாக குழந்தை தன் தலையைய இடதுபக்கம் திருப்பும்போது, மிகவும் இரம்மியமான ஒரு விளக்கு எரியத் துவங்குகிறது. தான் தலையை இப்படித் திருப்பும் போது விளக்கு எரிவதைக் கண்டுபிடிக்கும் குழந்தை, இடதுபக்கம் தலையைத் திருப்புவதைத் தொடர்ந்து செய்து, அந்த இரம்மியமான விளக்கை எரியச் செய்து ஆனந்திக்கிறது. பிறகு இந்த ஸ்விட்ச் குழந்தை மின் தலைக்கு வலதுபக்கம் மாற்றப்படுகிறது. குழந்தை தொடர்ந்து இடதுபக்கம் சாய்கிறது. விளக்கு எரிவதில்லை. எனவே குழந்தை இடதுபக்கம் திரும்புவதை நிறுத்தி விடுகிறது. இப்போது வதேச்சையாக குழந்தை வலதுபக்கம் திரும்புகிறது. ஸ்விட்ச் இப்போது வலதுபக்கத்திற்கு மாற்றப்பட்டு விட்டதால், விளக்கு எரிகிறது. தொடர்ந்து இந்த எரியும் விளக்கைப் பார்த்து ஆனந்திக்க, வலது பக்கம் திரும்புகிறது. இது ஒரு புதுமையாக இருப்பதால், குழந்தை தன் செயல்களைத் தொடர்

உ.வி., ப்ரிட்டிங், ட்யூப் லைட் போன்ற சாதனங்களின் ஸ்விட்ச்களை அணைத்தவுடனேயே (முனம் மாறி) மின்னும் போடாதீர்கள். ப்ரிட்டிங் "கம்பர்சகும்", உ.வி.யில் பிக்சர் ட்யூபும், ட்யூப் லைட்டில் "பாலன்டு"ம் இதனால் பாதிக்கப் பட்டு விரைவில் பழுதாகும். நிறுத்தியபின் உள்ளே சில மாற்றங்கள் துவங்கி பூர்த்தியாக சில விளக்குகள் விட்டு அதன் பிறகு மின்னும் போடலாம்.



- என். சரோஜினி

**குழந்தை எப்படித்  
ஸ்திரீயத்துடன் தாய்முவது  
என்பதை அறித்தவனைப்  
பேரல உலகில் வேறு  
எவரும் மதிக்கப்  
பெறுவதில்லை.  
-- சொன்ன  
தகவல் : வி. பரமசிவம்**

கிறது இந்தப் புதுமையில் கவாரசியம் விட்டுப் போகும் போது தன் செய்கையையும் திறத்தி விடுகிறது.

எடுத்துக்காட்டு 3 : ஆறு வாரங்கள் ஆகிய குழந்தை புடுக்கலையில் படுத்துக் கொண்டு இருக்கிறது. குழந்தையின் கையில்லுத்து கமார் ஆறு அங்குல தூரத்திற் அப்பால் ஒரு மிகை கிழிய பழைய சட்டப்படுகிறது. கொஞ்ச நேரத்திற்குப் பிறகு குழந்தை தன் உடம்பை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தள்ளிக் கொண்டு பழையசட்டக்குகில் வருகிறது. குழந்தையின் விரல்கள் பழையசட்டத் தொடுகின்றன.

குழந்தை தொடுகிறது. குதி பார்க்கிறது. வர்சனை கண்டுபிடிக்கிறது. ஒரு பொருளைத் தூக்கி எறிந்தால் என்ன ஆகுமென்று தொடுத்து கொள்வதற்காகப் பொருளைத் தூக்கி எறி கிறது. உண்மையில், ஒரு குழந்தை பிறக்கும் போது, நல்ல புத்திசாலித்தனத்துடன்தான் பிறக்கிறது. எந்தக் குழந்தையும் முட்டாளாகப் பிறப்பதில்லை. சோதனை செய்து பார்த்து அதன் மூலம் குழந்தை சில அனுபவங்களைப் பெறுகிறது. எவ்வே, எந்தக் கோணத்திலிருந்து பார்த்தாலும், குழந்தை ஒரு விஞ்ஞானியாக, தீயிப்பிரகம், ஜியோமீட்ரி நிபுணராக செயல்படு கிறது என்பதுதான் உண்மை.

ஒவ்வொரு வீட்டிலும், பெரியோர்கள், கற்றுக் கொள்ளும் முறைகளை குழந்தைகள் முன் வைக்க வேண்டும். எந்தக் குழந்தைக்கு வீட்டில் கற்றுக் கொள்வதற்கு தல்ல வாய்ப்புக்கள் கொடுக்கப்படுகின்றனவோ, அக்குழந்தைகள் பள்ளிக்கூடத்திலிருந்து மிக அதிகமாக நன்மைகள் பெறுகிறார்கள். எந்தக் குழந்தைக்கு வீட்டில் கற்றுக் கொள்வதற்கு மிகை குறைந்த வாய்ப்புகள் கொடுக்கப்படு கின்றனவோ, அக்குழந்தை பள்ளியிலிருந்து

அதிக நன்மைகள் பெற முடியாது. பள்ளி யிலிருந்து அதிக நன்மைகள் பெற முடியாத போது, வாழ்க்கையிலும் பெரியதாக எவதையும் பெற்று விட முடியாது.

## குழந்தை ஏன் விஷயங்களை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளத் தவறி விடுகிறது?

1 குழந்தையிடம் பெரியவர்கள், "உனக்கு ஞாபகசக்தியே மிகக் குறைவு என்பதோ (அ) ஞாபகசக்தியே கிடையாது" எனவோ அடிக்கடி கூறும்போது குழந்தை எதைவும் நினைவில் வைத்துக் கொள்வத் தவறி விடுகிறது.

2. இறக்கம் குழந்தை, எதைவும் ஞாபகத் தில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்றபடி, அதன்மீடம் பெரியவர்களாகிய நாம், ஒரு விருப்பத்தை உண்டுபண்ணத் தவறி விடுவதால், குழந்தை எதைவும் ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ளத் தவறி விடுகிறது.

3 குழந்தையிடம் கூறப்படும் விஷயம் அவர்கள் தங்கள் மனதில் பதித்து கொள்ளும்படியும், முடியுமானால் அவர்கள் தங்கள் கண்களால் பார்க்கக்கூடியதாகவும் இருக்கும் பட்சத்தில் அவர்களை நன்றாக நினைவில் வைத்துக் கொள்ள முடியும். அவர்கள் காதுக்கு மட்டும் எட்டும்படி விஷயம் கூறப்படும்போது நினைவு வைத்துக் கொள்வது தவறி விடுகிறது. எடுத்துக்காட்டாக நாய் தன் மகனிடமோ (அ) மகளிடமோ ஒரு கடி தந்ததை தபால் பெட்டியில் சேர்க்க வேண்டும் என்ற அவர்கள் செவிபட்ட கூறுவதை விட, கடித்ததைக் காட்டி, இதைத் தபால் பெட்டியில் சேர்த்து விடு என்று கூறுவது தல்ல பயனை அளிக்கும் கண்களும் மனதும், எடுக்கக்கூடியது செயல்படும்போது, மறதி ஏற்படாது என்று மனோநத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகிறார்கள்.

குழந்தை கற்றும் போது, மனம் அளவ பாவத்து கவனம் சிதறிக் கொண்டிருந்தால் மறதி ஏற்படும். கற்றும் போது குழந்தை சித்திக்கும் தினையில் இல்லாவிட்டால் மறதி ஏற்படும். கற்றுப்போது, குழந்தை கேள்விகள் கேட்காவிட்டால், கற்பனை மறத்து விடுவது இயற்கை. மேலும், ஒரு விஷயத்தைக் கூறும்போது, (அ) கற்றும்போது, குழந்தை கவனப்பாடு இருந்தால் மறதி ஏற்படும்.

## குழந்தையின் முக்கிய ஆற்றல்கள் :

1. அவ்வப்போது தாடுவது ஒவ்வொரு குழந்தையின் கபாவம் ஆகும்.

2. எதைமும் மிகக் கவனமாக, கர்ந்து பார்க்கும் சக்தி (Power of Observation) குழந்தைக்கு உண்டு.



1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 26

**Abstract**—The purpose of this study was to determine the effect of a 12-week training program on the heart rate (HR) and energy expenditure (EE) of sedentary middle-aged women. The subjects were 12 sedentary middle-aged women who were randomly assigned to a 12-week training program or a control group. The training program consisted of three sessions per week of aerobic exercise at 60% of maximum HR. The control group performed no exercise. The HR and EE were measured at rest and during exercise at 60% of maximum HR. The HR and EE were significantly higher in the training group than in the control group at rest and during exercise. The results of this study suggest that a 12-week training program can improve the HR and EE of sedentary middle-aged women.

1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 26

**संक्षिप्तम्**

### General situation

தமிழர் கீதையே அழைக்கிறது இது

2014年8月14日 星期三

1154 209 504 8 31201

● 中国书画函授大学肇庆分校

**DISCUSSION AND CONCLUSIONS**

સાંસ્કૃતિક મંત્રાલય

## STATUS OF THE STATE

1985年2月26日

[illegible]

**आभारं वदतु**

2000年12月



1. 在 1990 年 12 月 1 日，某公司（以下简称“公司”）与某银行（以下简称“银行”）签订了一份借款合同，约定公司向银行借款人民币 100 万元，期限为 12 个月，利率为年利率 10%。公司应于 1991 年 12 月 1 日前一次性偿还本金及利息。

★ தங்கம் மற்றும் செயற்கை கல்  
பாதுகாப்பை பெற உரிமையுடையது.

- மலர் தரவரிசை 5% தள்ளுபடி

- தனியாக இருக்கும் 10 % செயற்கை உலாவுகளை 20 % வரையில் உயர்த்தி

● **புதிய கட்டிடங்களை** கட்டும் பணத்திற்கு அரசு உதவி. புதிய கட்டிடங்களை கட்டும் பணத்திற்கு அரசு உதவி. புதிய கட்டிடங்களை கட்டும் பணத்திற்கு அரசு உதவி.

\* புகழ்பெற்ற நூலாசிரியர் மூன்று புதிதான நூல்கள் வரங்கொடுத்திருக்கிறார். அவற்றுள் சுவாமிநாதர் அருள்கொடுத்திருக்கின்றன.

• கனகசபை அமைதி கிழா செலிப்பு  
திருச்சிற்றில் சென்று ரூ.50,000 மதிப்பில்  
கனகசபை அமைதி கிழா செலிப்பு.

\_\_\_\_\_

Bank Loans  
available



Planning to buy a new PC?  
Now you could make it earn  
for the family!!

Start

# ORBIT COMPUTER CLUB

at home

- |  |   |                                     |
|--|---|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Prestigious              | <input checked="" type="checkbox"/> Expansion Scope     | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Multimedia CD titles     | <input checked="" type="checkbox"/> Targets & Contracts | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Remunerative             | <input checked="" type="checkbox"/> Flexible            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Data Conversion jobworks | <input checked="" type="checkbox"/> Learning Process    | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Computer skills          | <input checked="" type="checkbox"/> Skill Exposure      | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Risk-factor              | <input checked="" type="checkbox"/> Creative (Web)      | <input checked="" type="checkbox"/> |

Contact our experienced Data Entry Windows

.....now Channel Partners for participation in our Seminar

Annanagar :: 8288380	Annanagar West :: 8221308	Ankok Nagar :: 4888785
Chitripakkam :: 2387582	Chrompet :: 2388842	Madhavakkam :: 2328978
Parys :: 5248565	Kanganabakkam :: 8258847	Koyapettah :: 8533478
T. Nagar :: 8258118	Tamburam East :: 2378823	Trilokan :: 8548357
Vadapattinam :: 8807128		



**ORBIT INFOCOM PVT. LTD.**

1/1, Sambasivam Street,  
(Behind Jeeva Park), Off. G. N. Chetty Road,  
T. Nagar, Chennai - 600017.  
Ph : 8236585.

- ⊕ 100% loan for PC
- ⊕ 11.5% p.a. interest
- ⊕ 3 months holiday period
- ⊕ 24 instalments

\*Subject to evaluation and for Chennai Residents only

3. வழக்கத்திற்கு மாறானவற்றையும், முற்றிலும் தெரியாதவற்றையும் கண்டுபிடிக்கக் கூடிய நிறைவு குழந்தைக்கு உண்டு.

4. எவதையும் வரவேற்கக்கூடிய மனப் பான்மை குழந்தைக்கு இருக்கிறது.

5. தனக்கு எது முக்கியமானது என்பதைக் கண்டறியும் ஆற்றல் உண்டு.

6. முடிவெடுக்கும் ஆற்றல் உண்டு.

7. ரூபகசத்தியை வளர்த்துக் கொள்ளும் நிலையில் உள்ளது.

8. சில நிகழ்ச்சிகள் ஏன் நடைபெறுகின்றன என்பது பற்றியும், பொருள்கள் எவ்வாறு செயல்படுகின்றன என்பது பற்றியும் ஒய் வொரு குழந்தைக்கும் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறது.

9. குழந்தை உண்மையைத் தேடுகிறது.

10. தோற்றுவிடும் எதையும் குழந்தை திராக்கிகிறது.

11. எதையும் தானாகவே சூகப்படுத்த (Play) வேண்டும் என்று நினைக்கிறது.

12. எப்போதும் புதிய முறையில் செயல்பட வேண்டும் என்று விரும்புகிறது.

13. இயற்கையிலேயே குழந்தைக்கு எச்சரிக்கை உணரவு இருக்கிறது.

14. குழந்தைக்கு அதற்கென்றே சில இலக்குகள் உள்ளன. அந்த இலக்குகளை அடையவும், அடைவதன் அடைய முயற்சிக்கும் போது ஏற்படும் இன்னல்களைத் தவிர்ப்பதும் முயற்சி செய்கிறது.

15. குழந்தையின் மனது சக்தி வாய்ந்தது.

16. குழந்தைக்கென்றே சில விசுப்பங்கள் இருக்கின்றன.

17. குழந்தை கோபத்தை வெளிப்படுத்துகிறது. பெரியவர்களுக்கு என்னென்ன கடர வங்கள் இருக்கின்றனவோ, அவை அந்த

தனையும் குழந்தைக்கு உண்டு.

குழந்தை பள்ளிக்குச் செல்லத் துவங்கும் முன்னரேயே, அதாவது 5 (அ) 6 வயதுக்கு முன்பே, குழந்தையின் புத்திசாஸித்தனம், ஆக் கப்பூர்வமான ஆற்றல் போன்றவை உரு வாகப்பட்டு வருகின்றன. பள்ளிக்குப் போகும் முன் ஆண்டுகளில் (Pre-School years) இந்த ஆற்றல்கள் வெற்றிகரமாக வளர்ச்சி அடைபயுமானால் குழந்தைகள் விடையைப் பருவத்திலும் பெரியவர்கள ஆகும் போதும், இந்த ஆற்றல்கள் பிரகாசிக்கின்றன. துரிதசூட்சுமமாக, தம் தேசத்தின் குழந்தைக் குழ பீதவியிலேயே இருக்கும் ஆற்றல்களை அறிவிசைவியேயே இழக்கச் செய்து விடுகிறோம். ஏனென்றால் குழந்தையின் ஆற்றலை வளர்க்கும் உத்திகளைப் பெற்றோர் பின்பற்றுவதில்லை.

**ஒவ்வொரு பெற்றோரும், கீழே**

**குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சில**

**அடிப்படையான உண்மைகளை அறிந்து கொள்வது மிக அவசியம்.**

1. குழந்தை வளர்ந்து பெரியதானித் தன் வாழ்க்கையில் ஐந்து ஆண்டுகள் கற்றுக் கொள்ளும் விஷயங்களை விடப் பன்மடங்கு அதிகமான விஷயங்களைத் தன் முதல் ஐந்து வயதுக்குள் கற்றுக் கொள்ள முடியும்.

2. குழந்தையின் முதல் ஐந்து வயதில் கற்றுக் கொள்ளும் ஆற்றல் மிக அதிகமாக இருக்கிறது.

3. முதல் ஐந்து வயதில் குழந்தையின் 'இன்டலெக்சுவல்' நிறைவு மிக அதிகமாக விரிவடைகிறது.

4. விஷயங்களைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற முறையில், குழந்தைக்கு முதல் ஐந்து வயதிலில், மிக அதிகமான ஆவதும் உத்தமமும் ஏற்படுகின்றன.

5. குழந்தைக்குத் தன் முதல் ஐந்து வயதில், பயம் என்றால் என்ன என்பதே தெரியாது. வயது ஆக, ஆக, இத்தினை மாறி, எதற்கெடுத்தாலும் பயம் கொள்ளும் நிலை ஏற்படுகிறது.

6. குழந்தை சுதந்திரமாகச் செயல்பட உரிமை அளியுங்கள்.

7. குழந்தையிடம் தயக்கை எவையுங்கள்.

8. ஒடுவேளை குழந்தை தோல்வி அடை யுமானால், கோபம் கொள்ளாதீர்கள். தோல்வி யினால் குழந்தை மேலும் அனுபவம் பெறப் பழகுவார்கள்.

9. குழந்தை உங்களுடன் தினமும் தனிவா கச் சிறிது நேரம் கழிக்கும் வகையில் அதற்கென நேரம் ஒதுக்குங்கள்.

10. குழந்தை தானாகவே முடிவு எடுக்கும்படியாக வாய்ப்புக்களை உண்டாக் கிக் கொடுங்கள். குழந்தைக்குடன் பெற்றோர்



**தேங்காய்த் துருவல் மீது விட்டால் அதில் சிறிது உப்பு கலந்து வைத்து விட மறுநாள் வரை வெட்டுப் போகாமல் இருக்கும்.**

- அஞ்சலி



கலத்துரைவாதிதல் மிக அவசியம். கலத்துரை யாடல் அவசியம் என்றுபேரது. கலத்துரை யாடல் சரியாக இருக்கிறதா (அ) தவறாக இருக்கிறதா என்ற கேள்வி எழுகிறது. விந்நாள் ரீதியிலான கலத்துரைவாடல் கீழே கொடுக்கப்பட்டவைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டிருந்தல் வேண்டும்.

1. குழந்தை தன்னைப் பற்றி உயர்வு அபிப்பிராயம் கொள்ள உதவுங்கள்.
2. எல்லாவற்றையும் குழந்தை சரியாகக் கவனக்கும்படிச் செய்யுங்கள்.
3. குழந்தைகள் தீர்க்கக்கூடிய வகையில் சிறு சிறு பிரச்சினைகளை உண்டாக்குங்கள். அதோடு அவைகளை எவ்வாறு தீர்ப்பது என்பதையும் சொல்லிக் கொடுங்கள்.
4. குழந்தைக்குச் சரியான முறையில் பதில் (Feed back) கொடுக்கவும்.

### குழந்தைகளிடம் எதைச் செய்யக்கூடாது என்பதைப் பெற்றோர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அவை எவை?

1. குழந்தைக்குத் தண்டனை கொடுக்க வேண்டுமென்பதற்காக அன்பு சேதுத்துவதை நிறுத்தி விடாதீர்கள்.
  2. குழந்தைகளை முன்னிலையில், அவர்களை அவர்கள் வயது ஒத்தவர்களை ஒப்பிட்டுப் போனாதீர்கள்.
  3. "உவமைத் தண்டிக்கப் போகிறேன்" என்றோ, "தண்டித்து விடுவேன்" என்றோ குழந்தையை அச்சுறுத்தாதீர்கள்.
  4. தனக்கு உதவி செய்வவர் யாருமே இல்லை என்று குழந்தை உணருமாறு செய்யாதீர்கள்.
  5. அனாவசியமான காரணங்களுக்காகக் குழந்தை இன்னொருவரைச் சார்ந்திருக்கமாறு செய்யாதீர்கள்.
  6. தவறுகள் செய்வதிலிருந்து குழந்தையைத் தடுக்காதீர்கள். (அதாவது, தவறால், குழந்தைக்கு உடலரிதியாக ஏதாவது ஆபத்து ஏற்பட்டப் போகிறது என்றும் போது நடுத்த விடுவதாய்) தாங்கள் செய்யும் தவறுகளால் குழந்தைகள் மேலும் கற்றுக் கொள்ள உதவுங்கள்.
  7. குழந்தைத் கவலை கொள்ளுமாறு செய்யாதீர்கள்.
  8. அனாவசியமாகக் குழந்தையை மன உளைச்சலுக்கு ஆளக்கூடாதீர்கள்.
  9. ஒருவேளை, குழந்தைத் தோல்வி அடைந்தாலும், தோல்வியைப் பற்றிக் குழந்தை நிரைக்காதவன்னை இருக்கச் செய்யுங்கள்.
- குழந்தை பிழைப்பவதாவோ, சவீர்ப்பை வதாவோ அவ்வது குழப்பமடைவதாவோ தோல்வி ஏற்படுகிறது. இந்த மூன்று நிலை

களும் குழந்தைக்கு ஏற்படாதவாறு செயல்படுங்கள்.

1. குழந்தை உங்களுடம் கேட்கும் கேள்வி களுக்குல்லாம், பொறுமைவாகவும், உண்மை யாகவும் பதிலளிப்புகள்.

2. முடிந்தவரையில், குழந்தைத் தனது வினைவாட்டுச் சாமரங்களையும், மற்ற பொருட்களையும் வைத்துக் கொள்ள ஒரு தனிவாள் அறையைக் கொடுங்கள். முழு அறையைக் கொடுக்க முடியாவிட்டாலும், ஒரு அறையில் ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தை யாவது கொடுங்கள்.

3. குழந்தையின் வயதுக்கேற்ப, பொறுப்பு களையும், பணிகளையும் கொடுங்கள்.

4. அவயப்போது குழந்தையை முகமே மான இடங்களுக்குச் சுற்றலா அமைத்துச் செல்லுங்கள் சுற்றலா என்றவுடன ஆயிரக் கணக்கில் பணம் செலவுழித்துப் போக வேண்டுமென்பதில்லை. உங்கள் கனருக்கு மிக அருகிலுள்ள இடங்களுக்கோ, ஏன் உங்கள் ஊரிலுள்ள பூங்கா, கோயில்கள் போன்ற இடங்களுக்கோ அமைத்துச் செல்லலாமே. வீட்டில் சாப்பிடும் உணவை இந்த இடங் களுக்கு எடுத்துச் சென்று சாப்பிடலாமே. இது உங்கள் குழந்தைக்கும், ஏன் உங்களுக்கும் ஒரு தயல் மாறுதலைத் தரும்.

5. வெவ்வேறு குடும்பப் பிள்ளை விவிருந்து வரும் குழந்தைகளோடு குழந்தை நல்ல முறையில் பழகுவதற்கு ஏதுவாக உதவி புரிவுங்கள் வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்திக் கொடுங்கள்.

6. பொழுதுபோக்குகளை வளர்த்துக் கொள்ள ஏதுவாக, குழந்தைக்கு வரன்ங்கள், பெனசில், புத்தகங்கள் ஆகியவற்றைக் கொடுங்கள்.

7. குழந்தையை அருகில் வைத்துக் கொண்டு புத்தகத்தை, குழந்தைக்குப் படித்துக் காண்பிப்புகள். எப்படிய படிப்பது என்பதற் கான உத்திகளை குழந்தைப் பருவத்திலேயே கற்றுக் கொடுங்கள்.

8. குழந்தைத் தன்னைச் சுற்றிலுமுள்ள வைகளைப் பற்றிக் கித்திக்கச் செய்யுங்கள். இதற்காக, தடைமுறைச் சோதனைகளைத் தவிர்த்துக் கொடுங்கள்.

9. தன்னைச் சுற்றிலும் நன்றாகக் கவனித்து என்னென்ன பிரச்சனைகள் இருக்கின்றன என்று உணரிக் செய்து, அப்பிரச்சனைகளுக் குத் தீர்வுகளையும் குழந்தையைப் பழக்குங் கள்.

ஈத்து வயதுக்குக் உங்கள் குழந்தையைப் பத்திரசரியாகக் விடுங்கள். பிறகு பள்ளிக்குச் செல்லும் குழந்தை எதிலும் வெற்றி பெற்று விடுவான்!

— ராஜி

மனித  
மனத்தின்  
இருவேறு  
தன்மைகள்



நா. என்  
பாது 10 நி

பிரச்சனையா... இளப் பரப்பளம்...

தள்ள இயக்கும ஒரு  
கதி. மனித மனம்  
மனதின் ஆளுதலுக்குட்  
பட்டது. மனித மனத்தை  
வலது பாதி இடது பாதி  
என்று இது கூறாகவி ஆம்  
வெவறின் செல்பாடுகள்  
இரண்டை என்று விழுதுதலிகள்  
கண்ட நித்துள்ளனா. இதனபடி நமது  
மனத்தை வலது பாதி (Right  
Handedness) குடகயாரை விவரங்கள் -  
அதாவது துப்புரவககளால் சேலாபட்ட  
முடிவாத அத்திப் புலவாற்றல் சயாத்தி  
பட்ட விழுதலுக்குவிதிகையா (Simplicity),  
மனத்தை இடதுபாதி நமது துப்புரவாலை  
திக்கும அன்றா ச செல்பாடுகளுக்கு  
உரியதாகவும் (Diversity) கண்டிப்பாபட்டாள்ளது.  
இது ஒரு புறமிதகம். இம்

மனித மனம் இரண்டு நிலைகளைக் கொண்  
டதாகவும். அவை இரண்டும விதிநிராசாராவ  
வெவ்வேறு செல்பாடுகளைக் கொண் வை எவ்வும  
விழுதுதலிகள் வலையுத்துள்ளனா இதனபடி மனித  
மனம் அதன் செல்பாட்டைய அடிப்படையில் வெளிப்பாட  
அவ்வுது மனம் (Concrete mind) என்றும் உளமனம் அவ்  
வுது ஆழமனம் (Abstract mind) என்றும் பிரித்துவகுக்க  
படுகிறது

வெளிமனம் துப்புரவககளால் தடைபெறுகின்றதால் தடை வ  
பெருது துள்தல் உணர்வு என்ற காரியங்களால் து கதிநினைந்து  
இவ்வாறு துப்புரவகளின் வலியாக தாம் கண்ணால் பார்ப்பது, காதுள்  
கேட்பது, மனதால் வாணை அறியது, வாணை கேடவது, உண்மை  
மற்றும் வக காவல்களால் வேலைகளைச் செய்வது, நடப்பது என்று  
பலவிதமான இயக்கங்களுக்கு வேண்டிய பொதுமைகளால் நமது மனத்தை  
வழங்கி இயக்குவது வெளிமனம்

இவ்விதோறும் தாம் உளமனம் எழுந்திருப்பதிலிருந்து இரவு உறங்கச்  
செல்லும் வரையிலான பல காரியங்களை நடத்திக் கொடுப்பது வெளிமனம்.  
உண்பது, பிழைப்பு, துது கற்றுக்கற் ஆற்றல்கள்கேதா தாம் து ந்து கொளவது,  
உண்பது, உடுப்பது போன்ற சகல காரியங்களுமா வெளிமனதின்  
இயக்கத்திலி. மேற்காண்மையி ழுணை நடத்திக் கொடுக்கிறது இது  
மட்டுமல்ல; நமது உலக வாழ்க்கைப் போராட்டத்தில் தன்மை தீர்ப  
களை அறிந்து கொள்வது, விவாதம் தாக்கம் போன்ற விவரங்களுமா  
வெளிமனதின் சதனிகோடுதலால் தடைபெறுகின்றன  
ஆகவே நமது அவதூட வாழ்க்கை முறையாகவும் சீராகவும்  
தொடர்ச்சியாக வும் தடைபெறுகும், தன்மை நிலைகளைப்  
பகுத்து அறிந்து தாம் நடத்து கொள்ளவும் தக்கது உறு  
து என வ 7 ி கு ப  
பது வெளிமனம்

எஸ்.ஜி. ஜெயராமன்

வெளிமனம்

செயல்படாமல் ஒப்பெடுத்துக் கொள்ளும் நேரம் நாம் உறுபதும் நேரம்

உறக்கத்தில் சில சமயம் நமக்கு அனாதரண சக்தி யான விழிப்பு ஏற்படுவதும் அந்த சந்தர்ப்பத்தில் நாம் எய்திக்கொள்ள எவ்வு உணர் முடிபாயல் ஒரு நடுமாறம் ஏற்படுவதும் அம் அனாதரணத்தால் ஏற்படும் அறுபலம் அநேகமாவ சில சமயம் பாய்காமாணை அவ்வு உயர்புரி ஓ நமது படுவதும் அனாதரணத்தால் நாம் படுவதற்குமிதோம் நாம் கண்டது Nighraண என்ற சூழ்வாக பாய்காமாணை உயர்புரி எய்ப்பது நாம் உணர்விற்கு வர சற்று நோமாதும் அறுபலமும் நாம் உணர்வதற்குமிதோ ஏற்படுகிற அறுபலமாதும் நமது யெய்ப்பதும் கொடுதலுக் கொள்ளுதற்கு காரணத்தினால் நாம் குறபயம் நமக்கு முதலில் ஏற்பட்டு வெளி மனம் மிளக்கும் செயல்படும்போது சிலவி விடுகிறது.

வெளிமனம், என்ற புறமனத்தால் நமது செயல்படாமல் மனிதனுக்குக் கூடகாததும். மிழ்ச்சியையும் செய்து வருகிறது வெளிமனத்தை ஒரு கட்டிக்கு குறபய என்று அழைக்கலாம் குறபய எய்வாறு ஒரு இடத்தில் நினைவாக சற்று நேரம் கூட அனாதரணம் இருக்காமல் அனாதரணம் தானிக் கொண்மறுபுறமோ அநேகமாவ வெளி மனம் ஒரு விவரபுகட அனாதரணமே இருக்காமல் அமை பாய்த்து கொண்டுதரும் இத்தனாவதால் வானவார் கவாமிகன் 'மனம் என்னும் குறபயம் பாயில், அடங்கு' என்று கூறினார்.

உள்மனம் என்ற நிலையில் மனித மனம் பிரமிக்கத்தக்க சக்தி கொண்டுதர, நமது விருப பாய்களான நினைவிற்கு தரும் ஆற்றல் மிக்கதாக நமது உணர்ச்சிகளின் இருப்பிடமாக வரையறை விவரமாக அதிவடி, புத்திகரவித்தனமும் கொண்

டதாக செயல்படுகிறது.

நமது உள்மனத்தின் அதிவடி அனாதரண சக்தி உள் புறமனமாக அறிந்து கொண் முடிபாதவாறு மனிதனை அறிவிற்கு அப்பாற்பட்டவை எனினும் நாம் அறிந்தவரை நமது உள்மனம் தெய்வத்தன்மை நிரம்பிய ஒரு ஆழ்வு சக்தி.

மாயெழும் சக்திகளான உள்மனத்தின் நமது உள்மனம் தனனைச் சற்றும் வெளிப்பாட்டாது அடங்கி ஒடுங்கி ஆர்ப்பாட்டமிலாமல் நிறை குடமாக இருக்கிறது இதை மாயெழும் சக்தியை நமது முன்னோர்கள் 'மனத்து கிடகும் தெய் விவம்' என்றும் 'மெதாட்டு அறிவான' 'நித்திரை விழுவை பூதம்' (Sleeping giant) என்றும் அழைத்தார்கள்.

நமது வெளிமனம் எவ்வுதும் தூக்க ரீதியாக ஆரவரம் உதாரணமாக நமக்கு ஒரு பெரிய அழ கான வீடு கட்ட வேண்டும் என்ற ஆசை இருக் கலாம் அல்லது அந் தன்னை கார் வார்ப்பி, குடும் பத்தாரோடு அதில் சலாரி செய்ப வேண்டும் என்ற விருப்பமிருக்கலாம் நமது மனத்தில் இந்த ஆசை நோன்றியவுடன் வெளிமனம் தன்னு ஆரவரணத்தைத் துவங்கும் நமது உதமய நிதி நிலைமை, நமது விருப்பத்தை நினைவேற்றிக் கொண் துக்கிருக்கும் சாத்தியக் கூறுகள் இவை களை அமைப் பார்த்து நமது ஆசை நினைவேற்ற முடியாத ஒன்று என்பதாக முடிவு செய்து வைத்து ஆசையை திராணவாக்கும்.

ஆனால் நமது உள்மனமோ நாம் அதனிடம் தெரிவிக்கும் எந்த ஆசைகளையும் விருப்பத்தையும் இது சாத்தியமில்லை என்று தனிக் விடாது. மாறாக அந்த நினைவேற்றவற்றை உண்டாக்க வழி வகைகளை தயார் செய்ப ஆரம்பிக்கும். எதிர் கேள்வியே கேட்காமல் தனக்கு இடப்படும் கட்டணையை நினைவேற்றிக் தரும் உதவியான வேண்டவாந்தான நமது உள்மனம்.

உறக்கத்தில் நின்று உடனையப் பாயுங்கள். உட்கிண நெய்யுப்பின் சதா சர்க்கரையுமே இளரக் கிளாடு உய் அளவைய் ஆரப்பரித்த வானவம் உக்கான நமது வெளி மனத்திற்கு இதை உலவம் பாகக் கொண்மலாம் இந்தக் கொந்தளிய்ப்பான நெய்யுப்பின் கீழ் கட்டல் மிக அனாதரணம் மிக மிக ஆறமாதாக எதுவாக இருக்கிறது. பொருள் ஒன்றான: ஆனால் இரண்டு வித்தியாசமான நிலைகள் நமது உள்மனம் கட்டின் கீழ்ப்பாப் பைப் போன்றது.

வெளி மனத்தை இப்போது நமக்குப் புரிந்து விட்டது ஆனால் நமது உள்மனத்தை, அதன் ஆற மை எய்வாறு அறிந்து கொள்வது கீழ்க்கண்ட உதாரணங்களால் இதை விளக்கலாம்.

சாதாரணமாக நாம் அனாதரணின் வாழ்க்கை விழும் தடைபெறுகிற ஒரு நிகழ்ச்சி. வெளிப்புறில் தடைபெற உணர் ஒரு விசேஷத்திற்கு நீங்கள் போக வேண்டியுள்ளது. விடிவற்கானவை 3 மணிக்கு எழுந்து தனாரானவர்கள் பஸ் பிடித்து



உருளைக்கிழங்கு வறுவல் தயாரிக்கவும் பொது நலக்கிய விவையகளின் மீது கொஞ்சம் பயற்ற மாணை வேசாகத் தனிக் விட்டு பிறகு என்னொலிக் போட்டுப் பொறித்தால் உவை யாகவும் மொர மொரப்பாகவும் இருக்கும்

— ஆர் அஜிதா



பலவளித்து உரிபு தேரத்தில் விடுவதில் சுவத்து கொள்ள முடியும் உங்கலிடம் அவரம் கடினரம் இல்லை. முதல் நாள் இரவு படுக்கப் போகுமுன் 'நாளைக்கு காலை 3 மணிக்கு எழுந்து விடணும்' என்று படிமுறை உங்களுக்கு நீங்கள் சொல்லிக் கொள்கிறீர்கள் சரியாக 3 மணிக்கு உறக்கம் களைந்து எழுந்து விடுகிறீர்கள். சரியான தேரத் திற்கு உங்களை எழுந்திருக்கச் செய்து உங்களை உள்மனம்.

நீங்கள் ஒரு பாதையில் நடந்து போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள். திடீரென்று எதிரே ஒரு பெரிய தூய் மிகுந்த ஆக்ரோஷத்தோடு உங்களைத் தோக்கி, பாய்த்து வருவதைக் காண்கிறீர்கள். திடுக்கிடாமல் பூரித்து கொண்டே நுழை வெளி மனம் தளர மாறாமல் இயக்கத்தால் வர விருக்கும் ஆபத்தைத் தவிர்க்க முடியாது என்று உணர்ந்து, உடனடியாக உள்மனதிடம் பொறுப்பை ஒப்படைத்து விட்டு தான் ஒதுங்கிக் கொள்கிறது. ஆபத்திலிருந்து தப்பிக்க நீங்கள் ஓட ஆரம்பிக்கிறீர்கள்.

உங்கள் வழக்கமான ஒடும் வேகத்தினைப் பயன்படுத்த அதிகரிக்கிறது; ஓடும் பாதையிலுள்ள கல்லும், முள்ளும் மேலும் பள்ளமும் உங்களுக்குத் தெரிவித்தல். கல்லோ முள்ளோ குத்தினாலும் நீங்கள் அதை உணர்வதில்லை. வழியில் ஒரு பெரிய பள்ளம் இருப்பதிலும் அடியாகமாகத் தாண்டி விட முடிகிறது. தாமிரமிருந்து தப்பிய பின்னரே உடல் சுகது நிலைக்குத் திரும்பி உடலில் வாய்ப்பும் வேதனையும் தோன்றி உங்களை வலுத்த ஆரம்பிக்கிறது. உங்களுக்கு இந்த ஆற்றலைக் கொடுத்து உங்கள் உள்மனமே.

இன்னொரு உதாரணத்தையும் பார்க்கலாம். இரண்டு அல்லது நான்கு சக்கர வாகனத்தை ஓடிய வண்ணம் வீட்டிலிருந்து அனுபவமும் சென்று கொண்டிருக்கிறீர்கள் உங்கள் மனம் பஸ் ஸெரு விஷயங்களைப் பற்றிச் சிந்தித்த வண்ணம் இருக்கிறது. நீங்கள் அவ்வாறு திரும்பிச் செய்ப உத்தேசித்திருக்கும் காரியங்களைப் பற்றியும் சந்திக்க வேண்டிய தயக்களைப் பற்றியும் உங்கள் வெளிமனம் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்க, உங்கள் வாகனத்தை முறையாகச் செலுத்தியபடி, திரும்ப வேண்டிய இடங்களில் திருப்பி, திறந்த வேண்டிய இடங்களில் திறந்து அனுபவமும் சென்றடைகிறீர்கள். உங்கள் வெளிமனம் உங்களைச் செலுத்திக் கொண்டிருக்க, உங்கள் உள்மனம் உங்களைப் பத்திரமாக அனுபவமும் கொண்டு சேர்க்கிறது.

மூன்று உள்மனம் ஒரு பெரிய பதிவேட்டு அறைவையும் நிர்வகித்து வருகிறது. கடந்த கால சம்பவங்கள், நாம் சந்தித்த நபர்கள், அவர்களைப் பற்றி நாம் அறிந்து கொண்ட விஷயங்கள் என்று அனைத்து விஷயங்களும் நமது உள் மனத்தில் பதிவு செய்யப்பட்டு விடும். திடீரென்று நமக்கு வராத உடய பெயராவது அல்லது சம்பவமாவது திண்ண வீதிக்கு வராமல் போய் விடும். எவ்வளவு முயற்



வலிந்துபோக்கு அதிகமாக இருந்தால் இவ்விதமே சாதம் போல வேக மயத்து போயில் களைத்து உப்பு போட்டுச் சாப்பிட்டால் வலிந்துப் போக்கு தின்று விடும். வலிந்தால் வலி இருக்கிறது. — ஆர்.அஜிதா

சித்தாலும் பலவளிப்பவ சலித்துப் போய் முயற் சிவிய திறுத்தி விடுவோம் சற்று தோய் ஆதித்து 'பனிச்சென்று போயோ சம்பவமோ நினைவிற்கு வந்து விடும். இது நமது உள்மனதின் செயல்பட தவிர வேறெதுவுமில்லை. நாம் ஆறிபாமல் தடக் கும் உள்மனதின் இந்தச் செயலை அறிந்து செய்யப் பழக வேண்டும்.

ஏதாவது ஒரு விஷயம் நமக்கு உடனடியாக ஞாபகத்திற்கு வராதபோது, கடினமாக முயற்சிக் காதிர்கள். 'சொதாமல் உள்மனதிடம் சொல்லி விடுங்கள். 'எனக்கு இந்தப் பெயரை அல்லது சம்பவத்தை நினைவு படுத்த வேண்டும்' என்று. உடனே உள்மனம் வந்து விவரமாகிதிக் ஊழியர் பதிவேட்டு அறையில் தளரது தேடுதலை ஆரம்பித்து விடுகிறார் நமக்குத் தேவைப்படும் விஷயத்தின் தொன்மைமையப் பொறுத்து அவசரசம் எடுத்துக் கொள்கிறார் ஆனால் சர்வ திச்சயமாக நாம் 'நீளும் தகவலை' பனிச்சென்று கொடுத்து விடுகிறார்!

இதெல்லாவற்றையும் விட மிக அரிப செயல் ஒன்றும் உள்மனதால் தடைபெறுகிறது. இளைச, ஓவிய விற்குநாளம் என்று பல துறைகளில் காலத்தால் அறிவாத சாசனமும் பெற்ற படைப் புடை உருவானதில் கண்டுபிடிப்புடன் வெளிவராத தில் இவற்றின் காலத்தாக்களாவ இலசமேவைகள், ஓவிய விற்பன்னர்கள், விற்குநாளிகள் ஆகியோரின் உள்மனம் பெரும் பங்கு வலிந்துள்ளது. மேற்கத்திய இளசயில் பெரும் சாகித்ய கர்த தாக்களான பீதாவன், மேனார்ட் ஆகியோரின் அரிப சாகித்யங்கள் பலவற்றிற்குக் கணவில் அவர் களுக்கு அளவாகியே உள்மனதால் கொடுக்கப் பட்ட 'கருப்பொருள்' ஆதாரமாகிவருந்ததாகச் சொல்கிறார்கள். இந்தக் கலைஞர்கள் தங்கள் படுக்கைக்குகே வெற்றுத்தாள்களையும், பெணர்



எவையும் தயாராக எவத்திறுப்பார்கள் என்றும் உறக்கத்தில் இவர்களுக்கு இவர்கள் உயர்மைய தரும் சிறுத்துக்களையும், 'தாடியா'க்களையும் உடம்பை எழுந்து குறித்து வைத்துக் கொள்ளார்கள் என்றும் செய்திகள் தெரிவிக்கின்றன. இதே போல்தான் ஒவியம், விஞ்ஞானம் ஆகிய துறைகளும் இத்துறையிலுள்ள களங்கங்கள் அவர்களுக்குரிய விஷயங்கள் என்றும் உறக்கத்தில் அவர்களின் உண்மையான அவர்களின் படைப்பு, கண்டுபிடிப்புகளுக்கான துடியா மதறம விடை களை சூதாடாமல் தெரிவித்து விடும் என்றும் சம பந்தப்பட்டவர்களையே தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளன.

ஒரு சம்பவத்தை இங்கு பார்க்கலாம். எதயல் மெஷினைக் கண்டுபிடித்த விஞ்ஞானி ஆரம் பத்தில் எதயல் ஊழியிய நூல-துவாரத்தை கவனி யின் வறக்கமான பகுதியில்தான் அமைத்து இயக் கியாராம் கொஷின் கொஷை செய்கவியலைய இது எதயலால் தயவு எங்கேயிருக்கிறது இதை சரி செய்வது எல்லாறு என்ற சித்தனாராயில் இருந்த விஞ்ஞானி ஓர் இரவு ஒரு காலவு களையாரம் களையில் ஆதிவாய்க்கள் கொள் தீவர சட்டிகளாகக் களையில் எந்திய வளையைய துடி வகுதிரார்கள் அவர்களின் 12-13 முனைகள் நடுவே ஒரு துலாபத்தோடு-துவாரையோடு இருந்துவளாம் எந்த ஒரு கருவியின் கொஷை செய்யும் பாகத்தைய ஆய் கியத்தில் கிண்டலாக என்ன கருவியார்கள் ஆக ஆதிவாய்க்களில் சட்டிபுறணைகள் தங்கலது கிண்டலாக -ஆள பகுதிகளில் துள கையோடு இருந் தது வழக்கத்திற்கு மாறாவது. களவில் இதைக் கண்ட விஞ்ஞானி முதலில் இந்தக் கட்டியிலாவ வியப்புகிறார். உடனே உறக்கம் நீங்கி எழுந்திரா தான் களவில் கண்ட அபூர்வக் கட்டியிலய மீண்டும் மீண்டும் எண்ணிப் பார்த்தவருக்கு

'பனிச் சென்று பொட்டில் அடித்ததுபோல் இதன் உடம்பொருள் விளங்கி விட்டது. உடனே எதயல் ஊழியின் பிசின்ஸ் முனையாவது கர்முலான்ப பகுதியில் துளளலிட்டு, எதயல் மெஷினை சிறுத்தி வடிவளமக்கிறார். பனித் குடித்திருகு ஒரு எதயல் மெஷின் கிடைத்து விட்டது! இதுபோல் ஏராளமான உதாரணங்கள் கருவியார்.

ஆக, உங்கள் சாபமாய் என்ற மரபெனும் சக்தி உங்களுக்குடாக, நீங்கள் இரும் மனங்கைய சிறுப மபுதியோடு செய்கக் காத்திருக்கிறது. ஏதயலையே கொள்ளையடி நீங்கள் கட்ட-என்ற அபவத்து விகுப் பார நின்றுவெறுவதுவான சாத்தியக் கருவளள -அது ஆயாவாது நமது கொள்கைய நின்றுவெறு வதுவான எதி மனங்கையக் கண்டுபிடித்து புதிய வாய்ப்புகள், புதிய மலிதர்கள் சாத்தியப், புதிய 'துடிதா'க்கள், புதிய சாநகலளள சூழ்நிலைகள் எவ்வளவுதான் வளவியாக நமது களவுக்களள நவ வாக்ரும் சந்தேகமே வெவ்வார இது ஒன்றும் சித்து விளையாரட்டல்வ விகுதுவான ரிதியாக நிபுடிகப்பபட விஷயம்.

எல்லாம் சரி இந்த உள்மனத்தோடு தொடர்பு கொள்வது எப்படி? நமது விருப்பத்தாக ஆளைய அல்லது கட்டளளள அத்தகுச் சொல்வது எப்படி? நமக்கு மிகப் பெரிய ஒரே தடை நமது கொள்கையத்தான். வெவ்விமனம் அபாரத்திருக்கும போதுதான் உள்மனத்தோடு நம பேச முடியுப் ஆகவே வெவ்வி மனத்த அவரக் செய்ய வேண்டும் அல்லது அனத் செய்விற்குச் செய்து இதை சாதிக்க வேண்டும்.

இதற்கு முதற்பாடாகக் முனளளய அமைதிப் பகுத்தி அதன் அதிர்வுகளைக் குறைக்க வேண்டும்.

சாதாரணமாக நமது முனள விளையுக்கு 13, 14 அதிர்வுகளைக் கொண்டுள்ளது இந்த சபலமதய நமது வெவ்விமன நம விழித்திருத்து செய்யும் நமது அளறாட து-வடிக்கள்களளப் பொறுப்பேற்று து-த்துகிறது.

இதை பீட்டா (Beta) நிலை என்பார்கள். முனளமயே அதிர்வு சரிக்குது 12 வளயாகக் களளயோது ஆல்பா (Alpha) நிலையிடுத்கிறது. கொளியளம் ஒவ்வொருத்துக் கொள்ளும் தோயிது உளயனத் தொடர்பிற்கு உகத்த நிலை உறக்க நிலை.

விளையுக்கு 4-விகுத்து 7வளய முனளமயின் அதிர்வுகள் அமைப்பயோது அது தீட்டா (Theta) நிலை. இது ஆழத்த உறக்க நிலை.

விளையுக்கு 15-அதிர்வு 3 அதிர்வு வளய முனள டெல்டா (Delta) நிலையிலுள்ளது. இது யோகியல் தியாளத்திலயோது அமைப்பர் சமதி நிலை. நமது வெவ்விமனத்தை அவரக் செய்து உள்மனத் தொடர்பு ஏறபகுதய ஆல்பா நிலைக்கு எவ்வாறு செய்வது என்பதை அடுத்துப் பாரக்கலாம்.



## பொது மக்களின் கவனத்திற்கு! (போலிகளைக் கண்டு ஏமாறாதீர்கள்.)

Arthen Complex உள் என்னுடைய PADMASHRI PEARLSக்கு சென்னையில் வேறு எங்கும் கிளைகள் இல்லை. என்னுடைய பொது துறையே பண்படுத்தி உங்களை விரிபனை செயல்படுத்தக் கூடாத்தும் பதம்பூட்டுபேர்ல்ஸ் பொறுப்பில் வர்ப்புற வடிக்கையாளர்களுக்கு தெரிவிக்கிறேன்.

**பதம்பூட்டுபேர்ல்ஸ் மீது மாறு நம்பிக்கை கொண்ட  
மது வடிக்கையாளர் ஒருவரின் கருத்து:**

நான் பண மனுக்கு உட்பட்ட மூன்று வருடங்களைத் திரும்பத்தொடர் வரம் தேடிச் சென்றிருந்தேன். ஆனால் எப்போதும் கைவசிக்காமல் எப்போதாவது புதுமதி விளம்பரத்தை எங்கேயோ மயர் இதழில் பார்த்து அவர்களுக்கும் தெரியுமோ என்று நினைத்தேன். என் மனம் இரத்தத்தின் ஆரம்பத்தின் அந்தரம் தந்ததால் போல் அவர்களுக்கும் உன் பரிசுத் திரைக்கு மோதிரங்களை என் மனங்களுக்கு அளித்தேன். மோதிரம் அளித்த பகுதி மத்தியத்தின் என் மனங்களுக்கு திரும்பும் நடைபெற்றது பதம்பூட்டு பேர்ல்ஸ் அவர்களுக்கும். மோதிரம் அளித்த நான் வருகையடைந்தேன். அவர்கள் பணி செய்ததற்கு வெற்றி பெற வந்ததற்கு.

K S. Rajasekaran, Besant Nagar, Chennai - 90

திருமண தாமதமா? தடுப்பதில் கழிப்பமா? புத்திர பாக்ரிய குறைவா? தொழிலில் முன்னேற்றம் இல்லையா? உத்தியோக உயர்வு இல்லையா? உடல் ஆரோக்கியம் சரியாக அமைப்பில்லையா? பணக் கஷ்டமா? மனக் கஷ்டமா? வேறு எந்த பிரச்சனையாக இருந்தாலும் பதம்பூட்டு வறுங்கும் அதிர்வுட்க கற்கள் அளித்து சரியான நேரத்தில் பணம் அடைபுகள்.

இரத்தத்துடன் தேசிய வகுப்பவர்களுக்கு எந்த உதவி அளிப்ப வேண்டும் என்று உறுதிப்படுத்த கு.151/- மட்டுமே. (இந்த தேசியவர்களுக்கும் பதில் அளிக்கப்படும்) வெளிப்புற நபர்கள் கு.325/-இடம் இரத்தத்தின் நகையையோ(அ)பிறந்த தேசி, தேசம், இடம் போன்ற விவரங்களை உங்கள் பிரச்சனையுடன் D.D/M.O.வை PADMASHRI PEARLS என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பவும்.

வெளிப்புற வசியங்கள் US\$ 10 புதுமதி போல்களுக்கு அனுப்பினால் இரத்தத்தின் உடல் பணம், அதுவாகப் பணம், ஆயிரம் அல்லது தேசியவர்களுக்கு புதிர் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

**உத்தியோகமேனியா**

பாரம்பரியமிகக் கந்திகை உதவி வழங்கும் கார்ப்பரேஷன் நிறுவனம்



## PADMASHRI PEARLS

**Gem Merchants & Jewellers**

120 Arthen Complex, (Ground Floor, Right side,) North Usman Rd.

(பக்கம் பரிசு வர்ப்பு விபரங்கள் பக்கம் அருகில்)

T. Nagar, Chennai - 17.

Ph: 8226128, 8234060, pager: 9632-756314,

வேலை நேரம் : காலை 10.30 முதல் மாலை 8.30 வரை



**We Serve**

1917-1997  
80 Years

No Lunch Break      ஞாயிறு 11AM TO 2 PM      நம் புதிய பெண்மை நெருங்கும்

All master, Visa, Citibank and Diners Cards Accepted

SHREEBHASHAN SHOW ROOM - 2-47, MG ROAD, SECUNDERABAD - 3. PH: 841936.



அறிவை பறித்தவ ரறிந்த இன்பத்தனை...

-தாயுமானவர்



ந்து வருடங்களுக்குப் பிறகு ஸுஸ்ஸைடனைப் பார்ப்பதற்காக அவர்களுடைய வாகனம் அந்த வளாகத்திற்குள் நுழைகிறது.

ரகுநாத் தன்னை புதட்டில்லாத வளாகக் காட்டிக் கொள்ள முயற்சித்தாலும் ஸ்டியரிங்ஸில் அவனுடைய கிரேவ்கள் உதறு வது துல்லியமாகத் தெரிகிறது. அவனுடைய மனைவி கமலாபாப அவளுடைய உணர்ச்சிகளை சரிவாக இனம் பிரிக்க இயலவில்லை.

முழங்காதுக்குக் கீழே பலவீனமாகவும், தொண்டை உவர்த்து ஒரு மாதிரி பரபரப்பாகவும், பரிதவிப்பாகவும்.. வானத்தில் பறப்பது போலப் பறக்கமாகவும்...

நெஞ்சுக்குள் நிரத்தாமாக நெருப்புக் கோளம் தங்கி விட்டது.

தன்னுடைய குழந்தையை ஐந்து வருடங்களுக்கு முன் இந்த இடத்தில் விட்டுவிட்டுப் பிரிந்தது நேற்று நடத்ததுபோல நினைவில்

கிறது. அதற்கு நீங்கள் இங்கு நிறைய படிக்க, பார்க்க, செலஸ்பட் தயாராக இருக்க வேண்டும். இரண்டாவது நிபந்தனை, இது நிகழக்கூடியமானது மட்டுமல்லவாது சற்று வேதனையாளானதும்கூட. உங்கள் குழந்தை பிறந்த ஆறாவது மாதத்திலிருந்து அவனை நீங்கள் அட்லீஸ்ட் ஐந்து வருடங்களுக்காவது பிரிந்திருக்க நேரிடும்."

"டாக்டர்..."

"மழைலயின் மனம் அல்லது மூளை என்பது ஜான் வாக்ஸின் கூற்றின்படி. எதுவுமே ப்ரோகிராம் பண்ணப்படாத கிப்ளாப்பி நகரு போல அந்தனை பரிசுத்த மாளது. பெரும்



நின்றது.

"உங்களுக்குப்

பிறக்கப் போகிற பிள்ளையை இந்தப் பள்ளியில்

சேர்க்க வேண்டும் என்றால்.. அதற்கு என்று சில விசேஷமான விதிமுறைகள், நிபந்தனைகள் எல்லாம் நிறைய இருக்கு... டாக்டர் யாஷிங்டன் குறுக்கும் - பேசிக் - நெடுக்குமாக - கொண்டு நடத்தபடி - போகிறார்.

"நம்பர் ஒவ் - உங்கள் குழந்தை மூன்று மாதக் கருவாக வயிற்றில் உருவாகி இருக்கும் போதிலிருந்தே நீங்கள் இங்கு வரத் துவங்கி விட வேண்டும். அப்போதிலிருந்தே உங்கள் குழந்தைக்கு Sub conscious- ஆகவே அபிமானப் போல ஆதார அறிவுகள் அனைத்தையும் புகட்டும் படலம் ஆரம்பமாகி விடு

பாழும் நாம் அதில் அவசியமானவைகளைவிட, அனாவசியமானவைகளையே அதிகம் நினைக்கிறோம். தராரின் இரு தட்டுகளுக்கிடையே தத்தனக்கும் முன் போல் குழந்தை இந்த இரண்டில் எந்தப் பக்கமாகச் சாய்வது என்று தெரியாமல் இளைக்கிறது.

ஆனால் இங்கே அனாவசியங்கள் அகற்றப்பட்டு, அவசியமானவைகள் மட்டுமே மண்டைக்குள் ஏற்றப்படுகிறது.

**இரா. முரளி**





உங்கள் இருவருடைய இடைத்தூண் இருந்தால் சத்தியமாக அது சாத்தியமில்லை.

இங்கே காதல், கனிவு, பாசம், நேசம், அன்பு போன்ற மனிதனை திணை

வாய்ப்பு அவனுக்கு மறுக்கப்பட்டதற்காக உங்களை மகன ஒருபோதும் உங்களை மன்னிக்க மாட்டான். கடுமையான போட்டா போட்டிகள் திவ்வப் போகின்ற, திணைத்துக் கூடப் பார்க்க முடியாத மக்கள் தொகை திணையப் போகின்ற எதிர்க்கால இயந்திர உலகில் Survival பன்னூலுதற்கும், சாதனைகள் புரிவதற்கும், சவால்களை சமாளிப்பதற்கும் இத்தப் பள்ளி அவனை தயார் செய்யப் போகிறது. படிப்பை முடித்துவிட்டு வெளியே வரும்போது அவன் ஒரு பெருமனி உபராங்கனில் போல பெர்ட்ரான்ட் ரண்டல் போல, தாமஸ் ஆல்வா எடிசன் போல, டாண்டவயாஸ்கி போல இந்த உலகமே முகமில் விரல் எவத்து விடக்கப் போகும் விஞ்ஞானியாக, அறிவு ஜீவியாக திகழப் போகிறான். உங்கள் மகனுடைய பிரகாசமான எதிர்காலம் முக்கியமாக அவனுது திகழ்கால அற்ப சத்தோஷங்கள் அவசியமா? இப்போது நீங்கள் போடப் போகும் கையெழுத்து அவனுடைய தலைபெழுத்துத் திரைவிக்கப் போகிறது" என்று கருவறையாகக் காலிதகனை எடுத்து அவர்கள் முன் கடை பரப்பினார்.

இப்போது அவர்கள் கற்றும் தாமதிக்

# ஜீவகர்

குலையச் செய்யும் intimated உணர்வுகளுக் கெல்லாம் உத்தரவாதமாக அனுமதியில்லை. இங்கே கற்றுக் கொடுக்கப் படுவதெல்லாம் உண்மை உண்மை உண்மை உண்மையைத் தவிர வேறில்லை.

கணவனும் மண்ணிலும் தலக்கமாக ஒருவரை ஒருவர் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

"தலைவதரத்திலேயே தலைகிறதத் தென்னடிப் பள்ளிக்கூடம் இது. நீங்கள் தாமதிக்கும் ஒவ்வொரு வினாடியும் உங்களை முத்திக் கொள்ள ஒருவர் தயாராகவிரிகிறார் என்பதை திணையில் கொள்ளுங்கள். இத்தக் கடுமையான சந்தர்ப்பத்தை நீங்கள் கைதழுவிட்டால் எதிர்காலத்தித இத்த

காமல் "எங்கள் மகனுடைய எதிர்கால வாழ்வுதான் முக்கியம்" என்று ஒரே குரலில் ஒலிக்கிறார்கள். கையெழுத்திட்டு காட்சி வீலெடுத்து விவகுதிறார்கள்.

## 13 JANUARY 1999

Friday

ஐந்து வகுப்புகள் கழித்து மீண்டும் அநே அனாத். அதே போல இறுக்கமான கை குறுக்கம். டாக்டர் லாஷிங்டனிடம் அதிகமான மாறுதல்கள் எதுவும் தென்படவில்லை. முன் மண்ணடையிற் சம்பிரதாயத்திற்கு ஒட்டிக் கொண்டிருந்த கொஞ்ச நஞ்ச முடிக்கும் கொண்டிப்



**ராஜ் டி.வியில்**  
**5-7-98 & 12-7-98**

**ஞாயிறு திரை 9.30 மணிக்கு**  
**"நாய் வலி, குத்தல், குடைச்சல்,**  
**மதமதப்பு மற்றும் எலும்பு தோய்களுக்கு"**  
**சிறப்பு மருத்துவம் பற்றிய**  
**எழுது பெட்டியை கணைத் தவறாதீர்!**

**ராஜ் டி.வியில் 7-8-98 & 14-8-98**  
**ஞாயிறு திரை 9.30 மணிக்கு**  
**"கழுத்து, நோன், இடுப்பு, மூட்டு**  
**வலிக்கு"** சிறப்பு மருத்துவம் பற்றிய  
**எழுது பெட்டி ஞாயிறு-கனாது**

**தீராத இடுப்பு - கழுத்து**  
**- நோன் - மூட்டு வலி?**

**"சிவசங்கரன் திரைப்படம் போல திரைப்படம்**  
**ஆனால் இப்போது என் கிடைத்து விட்டது"**



**- திரு. வேண்டன். (வயது 45)**  
**மாண்புமிகு டி.வி. 2, தந்திரவாசு பிள்ளை**  
**மேற்கு காங்கிரஸ், சென்னை-11**

திரைக்கு சில ஆண்டுகளாக கழுத்து, நோன், இடுப்பில் கடும வலி (Chronic Spontaneous), கைகளை உயர்த்த முடியாத படி, நோயாளியில் வலி, கழுத்து வலியினால் திரை நுள்வாயை முடிவதில்லை! இப்போது மனப்பல துணை மருந்துகள்க்கிடையா, Traction மருந்துகளை வலனை மருத்துவ சிசிசைசை செல்கும், செல்களும் குளையினால் "கழுத்து எலும்பு ஆப்பரேஷன்தான் செய்ய வேண்டும் என்று ஒரு சிலரால் மருத்துவம் கூறிவிட்டன. அப்போதே நான் இரத்தம் என சொன்னது மூலம் அங்கு சிசிசைசைகளும் ஏற்பட்டு செல்க்கிடேன், ஆனால் டாக்டர் என சொன்னது தவறாகவே சிசிசைசை இவ் இவ்வேயே ஒரு குளாய் கிடைத்துவிட்டது" என்பதோடு இவ்.

இதுபோல் கைவிடப்பட்ட பலர் குளாய் பெற்று வருகிறார்கள். கழுத்து எலும்பில் C4 to C7 மற்றும் Lumbar Vertebrae-யின் இடம்பெற இயைக்கப்பட்ட எலும்புகள் தேய்வு (Degenerative Changes), கழுத்து வலி (Chronic Spontaneous), இடுப்பு நுள்வாய் போல் வலி (Lumbar), இடுப்பு மூதல் தொண்டை, கால் தாண்டுகள் இடுப்பு, குடைவாய் போன்ற வலி (Sciatica) இட்டுகளில் கிடைக்க, வலி, (Spontaneous Spontaneous) கைகளை மதமதப்பு, Traction-ல் உட்கொண்டு எழுவதில் மிகுந்த கஷ்டம், கைகளை உயர்த்த, கைகளை தட்டி கட்டி முடியாதது, மதமதையில் கிடைக்க, இவ் வலியேயே கால்கள் செல்களும் போலது போன்ற எலும்பு - தாண்டியல் வலி தோய்களுக்கு அபாயமான எலும்புக்குத் சிசிசைசை அளிக்கிறோம். இவைகளும் செல்களும், செல்கள் வலி திரை மருத்துவத்தை மட்டுமே சாப்பிட்டுக் கொண்டு கால்தாண்டி உட்கொண்டு தாண்டி, Traction-மூலம் Traction-ல் சிசிசைசைகளில் ஓண்டி குளாய் பெறவாக்கலும் மருது ஒரு மருத்து சிசிசைசைகளில் குளாய் பெறமுடியும்

ஜூலை 27-5 தேதி, தொண்டை மருத்துவமனை, சென்னை-60 (9.30 am - 4 pm.) போன் 2269232.

போன்றதைத் தவிர, அதே உணர்ச்சிகளை உண்டாக்கிய சிலை போன்ற முகம், அவர் களை அமரம் செய்துவிட்டு ஜன்னல்களை அழைத்து வர ஆன் அனுப்புகிறார். இருக்குமேயே விழித்தும் பகை போட்டாற் போல் வாசற்படிப்பேயே பதித்திருக்க, சில கைகள் கழித்து அவர்களுமேயே செவ்வ மகன ஜன்னல்கள் உள்ளே வருகிறான்.

ஐந்து வயதிற்கு சாதாரணமான உயரம் குவையான ஆண்கள் ஆரோக்கியமான தொற்றம் கண்களில் என்ன ஒரு சாத்தம். சாத்தம் முகத்தில் எத்தனை ப்ரகாசம் முடி சரியாக வார்ப் படாமல் முன் தெற்றியில் அவட சியமாகத் தொங்குமிருது இந்த வயதிற்கு போட அளிந்து, னா, கட்டி பாகங்கள் என ஜுழந்திருந்தான். கண்களில் கேள்விக்குறி மின்ன டாக்டரின கட டைக்காகக் கூறித்திரான்

ஜன்னல்கள் இவர்களுடன் உன்னு மைய நன்னமக்காக, தவ்வாறுவிதமாக, முன்னேற்றத்திற்காக, சட்டிசத்திற்காக இத்தனை காலமும உன்னை பிரித்து வாழும் வாடும் உன்னுமைய பெற்றோர்கள், உன்னை அழைத்துப் போக வந்திருக்கிறார் கள் வி இன் சுவர் மதர்."

ஜன்னல்கள் சுவரிலிலுமல் தன் தாயைப் பார்க்கிறான்.

கமுவாவார் அதற்கு மேல் தன்னைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ள முடியவில்லை. பாய்த்து சென்று அவனை அப்படியே அன்னிக் கொண்டு, தொட்டு, நடவி தழுவி அதை ஐந்து வருடப் பிரிவையும் அரை தொடியில் கடுகட்டி, விடுவது போல அவனை கண்ணீரால் நனைத்து முத்தத்தால் முழுகுகுகிறான்



மாய மிஷினில் மாய அளர்ப்பதற்கு முன், சிந்தனைய அச்சியப் பெட்டு அளர்த்த பின் எந்த மாய வேண்டுகோளும் அளரக்கொடு, தமக்கு முன்பு கம்பு, கோவாறு, கோவாறு, கப்பலுப் அளர்த்தாலும் கவலை யில்லை, மாய கத்தமரக இருக்கும்.

- என். கல்பனா

**உங்கள்**



**சுகமான  
நித்திரை**

**ஒன்றே  
எங்கள்**

**அக்கறை**

● உங்கள் நிம்மதியான தூக்கத்திற்கென்றே, பிரத்யேகமாக, உடல் வலி நீக்கும் மெத்தைகளைத் தயாரிக்கிறோம் - இவை ISI முத்திரை பெற்றவை.

● எங்கள் தளையானைகள் உங்கள் உடல் வலியை சுத்தமாக நீக்கிவிடும். குறட்டை விடுவதும் தின்றுவிடும்.

● பிரத்யேகமாக குழந்தைகள் அளவிலான மெத்தை, திண்டு, தளையானை மற்றும் பிரயாணத்திற்கு எடுத்துச் செல்லக்கூடிய மெத்தைகளையும் தயாரிக்கிறோம். பல தரப்பட்ட பல்வேறு வடிவிலான திண்டுகளும் உண்டு. தரமான இப்பொருட்கள், மலிவான உற்பத்தி விலையின் கிடைக்கும்! எங்கள் வேலாருமிற்கு நேரில் வர இயலாதவர்கள் தங்களின் தேவைகளுக்கு எங்கள் அலுவலகத்திற்கு தயவில் தொடர்பு கொள்ளவும்.



**DP FOAM PRIVATE LTD**

கோவை போஸ்ட் : 70, வக் வீத சாலை, கடை எண் 25, தமிழ்நாடு வீட்டு வர்த்தக வணிக வங்கம், எல். சாலை, அழகாபுரம், கோவை - 600 004. தொலைபேசி : 808 2663. மான்யு டெஸ்ட் : 8. பெங்களூர் தொகுதி - 805 001. தொ.பே. : 0413-21935. மான்யு அலுவலகம் : த.பெரைன் 130, புதுகோ-1, தொ.பே. : 38702, 38723, டிபாக்டர் : 0413-42026.

ஐன்ஸ்டைன் அதிகம் அலட்டிக் கொள்ளாமல், அவனுடைய அன்புப் பிடி விரிந்து தள்ளை சரமார்த்தியமாக விடு வித்துக் கொண்டு, -கலைத்திருந்த உடை களை சரி செய்து கொண்டு, எடையை நேர் படுத்திக் கொண்டு நிமிர்ந்து,

"டாக்டர் என்னுடைய புத்தகங்களை என்னோடு எடுத்துச் செல்ல அனுமதி உண்டா?" என்று மெல்லிய குரலில் கேட் தொன்.

"இட்ஸ் ஸைப்ளவுர் ஸை டியர் சன்" என்று கண்ணத்தில் முத்தமிட்டு வழி அனுப் பும்போது, கண்களில் கசிந்த கண்ணீரை காட்டிக் கொள்ள விரும்பவில்லாமல், கறுப்புக் கண்ணாடியை எடுத்து மறைத்துக் கொண்டு, கார் கண்களை விட்டு மறையும் வரை எக்கனயக் காட்டிக் கொண்டே விரைந்தார்.

காரில் இருவருக்கும் இடையே அமர்ந்து கொண்டு பயணிக்கும்போது விண்ட் ஷிஸ்டில் விளையும் வெளிச்ச விதிகளாகக் களை வெறித்துப் பார்த்தப்படி மௌனமாக வந்தது அவளுக்கு அச்சமளித்தாலும் வீட் டிற்குப் போனால் எல்லாம் சரியாகி விடும் என்று மனதைத் தேறிதிக் கொண்டாள். அங்கே போனதும் எக்.டாக்டர்.வி.கில் கார்ட் டூஸ் படங்களைப் போட்டுக் காண்பித்த போது, அவன் அவர்களை அறியாதவர் பார்த்து "ஓ டூ ரிப்பி லாண்ட் டு வேஸ்ட் மை ஹட்ம் ஆன் திஸ் ஷிட்! போன தூற்றாண்டி.வேயே மகத்தான தூதிஷ்டம் நேர விரயம் லாட்சிங் ஜே.எஸ்.பேர்ட்ஸ் இடியட் பாகஸ்."

அதற்கு பதிலாக அன்றைய அடைத்துக் கொண்டு, ஏசியை முழுவதுமாகத் திருநி லிட்டுக் கொண்டு பேரரிவைக்குள் ஆரவெஸ்லின் அளிமல் கப்பாரம் படிப்பதில் தான் எனக்குப் பராமானந்தம்" என்று சொன்னது அவர்களுடைய எளிமையான அறிவுக்கு எட்டவில்லை.

அவனுக்காக வாங்கிக் குவித்திருந்த ஆடைகளையும், பொம்மைகளையும், புத்தகங்களையும் காண்பித்தபோது,

"ஆர்சனி, அஸ்டிரிகன், அமர் சித்தரகதா... 'கரேட் ஸ்காட்! ஐம் தாட் அன் இன்ஃபான்ட் எனிமோர், தான் படிப் பதெல்லாம் அளிமல், ஐன்ராண்ட், ஆர்தர் கோட்லர், ஆல்விஸ் டிஃப்னர்" என்று அவன் சொன்னது அவர்களுக்கு சத்திய மாகப் புரியவில்லை.

இரவு உறங்கப் போகும்போது, அவர் களுக்கிடையில் கட்டிலில் காலைப் போட் டுக் கொண்டு படுப்பதற்கு மறுத்துவிட்டு அவனுடைய புத்தகங்களை அள்ளிக்



கொண்டு அறைக்குள் நுழைந்து கதவைத் தாளிட்டுக் கொண்டான். அவனுடைய அறை வாசல் கதவில் 'Reading is living' என்று எழுதி ஒட்டியிருக்கிறான்.

பள்ளிக்கூடத்தில் சேர்த்ததால், மற்ற பசங்களைப் பார்த்துத் "திருந்தி விடுவான்" என்று 'மெனவா' குழுப்பைச் சேர்த்தவர்கள் பவிலும் சிறப்புப் பள்ளியில் கொண்டு போய் சேர்த்தார்கள். பலனில்லை.

பாடங்கள் படிப்பதில்லை மச்சர் கேட்கும் கேள்விகளுக்கு நேரடியாகப் பதில் சொல்வதில்லை. யாருடனும் சரியாகப் பேசுவதில்லை. பழகுவதில்லை. வினையாடுவதில்லை. மாற்றாக எப்போது பார்த்தாலும் விட்டததை வெறித்துக் கொண்டு சென்று சிந்தனை அவ்வது சிவபஸ்ஸுக்கு சம்பந்தமில்லாமல் நோட்டீஸ் எதையாவது கிறுக்கிக் கொண்டிருப்பது என்று ஏகப்பட்ட புகார்கள்.

கேட்டால் 'ஆர்க்கிமெடீஸ் பிரின்சிபிள் பற்றி நான் எப்போதோ படித்தாதி விட்டது. 'Black Hole' பற்றி மச்சருக்கு ஒன்றும் தெரியவில்லை.'

ஒருநாள் 'Big Bang Theory' பற்றிப் பொறுமைபாக விளக்கிக் கொண்டிருந்த M.Sc., B.Ed.M.Phil., மச்சரிடம் 'Bell's Theory' பற்றிக் கேட்டு அவன் பேய் முழி முழிக்க அந்த ஸ்கூலில் சுற்றுக் கொள்ள ஒன்று மில்லை என்று வந்து விட்டான்.

மற்றொரு நாள் மாடியில் நின்று கொண்டு சீமே கிரவுண்டில் கிரிக்கெட் ஆடிக் கொண்டிருந்த சிறுவர்களை வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருந்தான்.

ஒருவர் மற்றவனை தள்ளிவிட்டு வீட, அவன் அடிபட்டு "அம்மாட்டச் சொல் நேன் பாரு" என்று அழுது கொண்டே செல்வதைப் பார்த்து "சிறுவர்கள்" என்று சொல்லிக் கிரித்தவரான தூக்கிரைதயாக அனுவி, "அவர்களோடு சேர்ந்து விளையாட விசுப்பமா" என்று கேட்டதற்கு.

"எனக்கு மூளையோடு விளையாடுவதில் நான் விசுப்பம்" என்று சொல்போர்ட்டு விரித்து, காயினை அடுக்கிய, நோக்கூட பீடிக்கவில்லை அவர்களை வீழ்த்துவதற்கு.

இது வழக்கமாக அவரை வாக்கிவ போகும் நேரம். இரும்பி வசுவதற்கு சுற்றுதாமதமாகும். அவன் சென்று சிவ நிமிடங்கள் கழித்து கமலா அரவலியிலாமல் எழுந்து, அவனைக்குள் நுழைந்து கதவை மூடிக் கொண்டான்.

மேசை விளக்கு அணைக்கப்படாமலிருக்க, அன்றையெங்கும் புத்தகங்கள் இறைந்திருந்தன. ஒவ்வொன்றாக எடுத்து அடுக்கத் தொடங்கினான்.



ஒவ்வ, மைதா கலந்த நோசை வளர்க்கும் முன், ஒரு கப்பன் மிஷ்டு, சிகப் பொடிவை ஸ்பூக் எண்ணெயில் பொரித்து, மாவில் போட்டு வளத்தால் நோசை மாறுதலான கையெழுத்து இருக்கும்.

- எம். சுந்தரி



எத்தனை வளகவரன் புத்தகங்கள், Euparyen Flight to Arras, Erica Jong-ன் Fanny, Capra-ன் Theo of Physics, Kalka-ன் letters to fellow, Russell-ன் Marriage Morals, Watson-ன் double helix, Len delighton-ன் Mamlat

பைபளக்கும் பேப்பர் பேக் புத்தகங்கள் அவனுடைய விசாலமான ரசனையை ஆழமான அறிவின் தேடலை விரிப்பதற்காலம் தூந்து வயதுப் பையன் படிக்கக் கூடிய புத்தகங்களா இவை என்று மலைக்க வைத்தன. அவருக்கு மலைப்பாய்கிருந்தது.

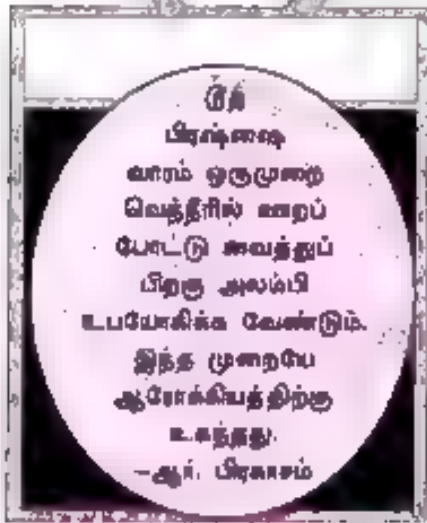
ஒரு தடிமனான நோட்டீஸ் முதல் பக்கம் விசித்திரமான வடிவங்கள் சித்திரம் போல சிகப்பு மசியால் வரையப்பட்டு, நொடர்ந்து வெள்ளம் போல சுவேஷன் களால் நிரம்பியிருந்தது.



அடுத்த பக்கத்திலிருந்து படிக்கக் கூடியதாகலிருந்தாலும் புரிந்து கொள்ளக் கூடியதாக இல்லை.

**13 JULY Saturday 1999**

காலம் என்று தனிப்பட்டு ஒன்று இல்லை.



சம்பவங்கள் இம்மையோடு கூடவும் இம்மைய துரத் தைபுரம் நேரத்தையும் கூலத்திலிருந்து பிரிக்க முடியாது கூலம் பேசுவதில்லை. நாம்நான் போகிறோம் Time doesn't matter. நியாயம், அதே போல இந்த உலகத்தில் நனிப்பட்டு உண்ணம் என்பதே சிடைவாது வசிக்கையில் நடைபெறும் ஏந்தல் சம்பவங்களுக்கும் காரண காரியம் என்பதே சிடைவாது. பரக்கையானது நான் அதைத் தீர்மானிக்கிறேன். மனிதன் இயல்பு விட்டால் வானம் நீய் திறமகை இருக்க முடியா?

அதேபோல, இரண்டு பொருட்கள் இயல்பு இடைவெளி என்பதே இப்பொழுதுதான் கிடைவது அதுவாது 'ஒன்றுமே இல்லை' என்று ஒன்றுமேயில்லை Matter has no existence except for He in mind. உலகு இம்மைய என்பதும் மற்றொரு துரத்திஷ்டவசிகள் உள்ளது 'உலகு இம்மையெனில், அவரை நாம் படைத்திருக்க வேண்டியிருந்திருக்கும்' என்று Voltaire சொல்லியிருப்பதை உற்று சிந்தித்துப் பாருங்கள். இந்த நூற்றாண்டின் இம்மையற்ற அறிவியல் மோதலான Albert Einstein 'உலகு நம் நாழ்க்கையை வெல் காரியின்களை நகர்த்திச் செல்வது போல, நேரத்தியாக நகர்த்திச் செல்வதா' என்பதை ஏற்றுக் கொள்வதற்கில்லை I can't believe god plays dice with us) Stephen Hawking-ன் 'Singularity theory' 'இந்த உலகம் நேர்ந்துவதற்கு ஆண்டலன் என்ற ஆராய்ச்சி தயவு தேவையில்கை' என்பதை வியவுறுத்துவது.

என்றெல்லாம் வினோதமாக எழுதி, மே கொட்டை எழுத்தில் What is the pur-

pose of life? என்று கேட்டிருந்தது... கலவர மளித்தது.

மேலே மேளையைக் குடைவதற்குள் 'சடக்'கென்று சதவு நிறந்து, அவன் உள்ளே நுழைந்து, கவரில் சாய்ந்து கைகளை குறுக்கே கட்டிக் கொண்டு.

"அடுத்தவருடைய அளவுக்குள் திகுட்டுத்தனமாக நுழைந்து அவருடைய அந்தரங் கங்களை, ஆராய முயற்சிப்பது அவ்வளவு ஆரோக்கியமான செயல் அல்ல. இதுவே அமெரிக்காவாக இருந்தால் அம்மா என்று பாராமல் 'அர்ரார்ட்' பன்னுலார்கள்" என்றான் அனமதியாக.

அவன் ரொம்ப அவமானமாக உணர்ந்திருக்க வேண்டும். அழுதுகொண்டே அளையை விட்டு வெளியேறினான்.

அடுத்த நாள் காலைவிரிந்தது அவனாகக் காளவிரிவை. வீடு பூராவும் தேடிப் பார்த்ததில் அதற்கு கடிதம் அகப்பட்டது.

அம்மா,

நான் போகிறேன். போகிறேன் என்றால் Doesn't mean I'm going to commit suicide. ஏனென்றால் இந்த பிரபஞ்சத்தில் நம் கொலை செய்து கொள்வதற்கான காரணம் என்று தனிப்பட்டு ஒன்றும் சிடைவாது என்பது எனக்குத் தெரியும். என்னுடைய பழைய பள்ளிக்கூடத்தை நோக்கி நான் போகிறேன். எனக்கு உங்களை விட கோபம் ஏதும் இல்லை. வகுத்தந்தான், என்னால் உங்களை ஒரு humanitate பண்ண முடியவில்லை. உங்களை என்னால் புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. முயற்சிக்கவும் இல்லை. காரணம் உங்கள் அழியின் எம்மை, என்னோடு சேர்க்கச் சரி பேசு பங்களை, என்னுடைய அலைவரிசையில் சித்திக்கக் கூடியவர்களை நடி நான் போகிறேன். தேடி வர வேண்டாம். திரும்ப அகழ்க்கவும் முயல் வேண்டாம், லாக்.

பி.பி. அடுத்தாக உங்களுக்கு ஒரு குழந்தை பிறக்க நேரிட்டால், அதையும் அறிவு ஜீவியாக்கும் ஆகை உங்களுக்கு வேண்டாம். காட்டுப் பூ போல இயல்பாக தன்னிச்சையாக அதற்கும் ஓரளம் மலட்டுமே... ப்ளீஸ்....

எப மாரி

Einstein

அவனுடைய கண்களிலிருந்து கண்ணீர் சொட்டு ஒன்று பொட்டென்று விழுந்து ஆங்கில அம்மானை அழித்தது.

**பொருள் : ஸ்கூல் லன்ச்**

**முதல் பரிசு ரூ. 300/-**

**ராயல் இட்லி**

**‘என்ன எப்பவும் இட்லிதான்?’** போரடிக்குது, எலக்கு லன்ச் வேண்டாம்,” என்று அடம்பிடிக்கும் குழந்தைகளுக்கு இடேதா - ராயல் இட்லி. ஒரு விதவிதமான லன்ச், புரோட்டின் சத்து திணற்திருக்கும் எனில் தீர்மானமாகும். வயிறும் நிரம்பி இருக்கும்.

**தேவையான பொருட்கள் :**

நாம் வழக்கமாகச் செய்யும் இட்லி - 6

வெங்காயம் - 3,

து. பருப்பு - 1 சிலிங் கப்,

க. பருப்பு - 1 சிலிங் கப்,

ஈ. பருப்பு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,

இஞ்சி, கருவேப்பிலை

மின்காய் - 4,

முத்திரி பருப்பு - 6,

எண்ணெய் - 1 கரண்டி,

கடுகு - 1 டிஸ்பூன்,

உ. பருப்பு - 1

டிஸ்பூன்,



தங்கம்



செ. சந்திரா



# இம்மாத இலத்தரீ

உப்பு

தேவையான அளவு.

**செய்முறை :**

பருப்புகளை ஒரு மணி நேரம் ஊறவைத்துக் களைத்து உப்பும், மின்காயும் சேர்த்து மிகுனியில் சுற்று சுரகாப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். ஆலிவில் வைத்து பருப்பு உதிடுக்குச் செய்வது போல வேகவைத்து எடுத்துக் கொண்டு, வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுக் கடுகு, உப்பு, தாளித்து வெங்காயத்தையும் டென்பு வாக நறுக்கி அதில் போட்டு இஞ்சி, கருவேப்பிலை போட்டு வதக்கி பருப்பையும் போட்டுப் பொல பொல வென்று வரும் வரைவில் நன்றாக வதக்கவும். இட்லிபைக் கையால் ஒரு அகலத் தட்டில் போட்டு உதிராதுக் கொண்டு அதையும் பருப்புகள்தான் கொட்டிக் கூலத்து அடுப்பிலேயே வைத்து ஐந்து நிமிடங்கள் கிளறவும். நன்றாகக் கலந்து பொலபொல வென்று ஆனதும் இறக்கி வைத்து முத்திரிப் பருப்பை வறுத்துப் போட்டு லன்ச் பாக்சில் வைத்துக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கவும்.

- தங்கம் ராமஸ்வாமி, ■சர்வணன் - 61.

**இரண்டாம் பரிசு ரூ. 200/-**

**மல்டிடி புட்டிங்**

**தேவையான பொருட்கள் :**

பச்சரிசி - 1 கிலோ,

பழங்காய்ச்சி - 1/2 கிலோ,

சுண்ணாக்காய் - 1/2 கிலோ,

துவரம் பருப்பு - 200 கிராம்.



செ. சந்திரா



**செய்முறை :**

நான்கு தாளியங்களையும் சுத்தம் செய்து  
லேசாய் வறுத்து ஒன்றிரண்டாய் உடைத்து  
சுவித்து எவக்கவும், லன்ச் செய்யும் போது -  
உடைத்த குருவியை - 1 கப்,  
கேரட் - 1,  
பீன்ஸ் - 1,  
வெங்காயம் - 1,  
கடுகு, உ. பருப்பு தவா - ½ மஸ்பூன்,  
மிளகுப் பொடி - ½ மஸ்பூன்,  
ரெடிமேட் உணவு - அவரவர் விரும்பப்  
பட்டது.

**செய்முறை :**

கேரட், பீன்ஸ், வெங்காயத்தை மிகச்  
சுன்னமாக நறுக்கி, வாணலியில் சிறிது  
ரீஸ்பைட் ஆலில் விட்டு கடுகு, உ. பருப்பு  
தாளித்து நன்கு வதக்கவும், அவரவர் பிள்ளை  
களுக்குப் பிடித்த ரெடிமேட் உணவு ஏதாவது  
தொண்டை சிறிது சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.  
சோயா பைட், ரீஸ் நேக்கர், நூடுல்ஸ், உறை  
வைத்து அவித்த கொள்ளைட் சா.வை  
அல்லது பட்டாணி இப்படி)

ஒரு கப் குருவியைக்கு இரண்டு கப் நீர்  
விட்டு, வதக்கிய சலவை, உப்பு, மிளகுத் தூள்,  
சிறிது கருவேப்பிலை பொடி, சேர்த்து பிரை  
ஷர் பாஸில் வெயிட் போடாமல் ஐந்து  
நிமிடம் மிதமான தீயில் வைத்து இறக்கி  
விடவும். எடுக்கும் போது நன்கு கலந்து சின்ன  
சின்ன பிள்ளைகள் அல்லது, ஸ்காலர் உப்பில்  
எடுத்து லேசாய் அழுத்தி சம்பமாகி ஒரு நட்  
டில் கொட்டி சுவிற்றது எடுக்கவும். கொட்டு  
சாப்பிட எதுவும் தேவையில்லை, பராவலக்கு  
அழகாக சாப்பிட உணவாயாக இருக்கும்.  
விரும்பமுள்ளோர் சாஸ் சிறிது சேர்க்கலாம்.

- எஸ். சாந்தி, க. கார்த்திக்..

**முன்றாம் பரிசு ரூ. 100/-**

**சாலட் ரைஸ்**

**தேவையான பொருட்கள் :**

மாங்காய் துருவியது - 1 கப்,  
தேங்காய் துருவியது - ½ கப்,

பொட்டுக் கடலை - ½ கப்,  
வறுத்த வேர்க்கடலை - ½ கப்,  
கேரட் துருவியது - ½ கப்,  
குடபிளகாய் நறுக்கியது - ½ கப்,  
வெங்காயம் நறுக்கியது - ½ கப்,  
தக்காளி பொடியாக நறுக்கியது - 1 கப்,  
பழுக்காத கொய்யா - 1 நறுக்கியது,  
முத்திரி பகுப்பு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,  
திராட்சை - 1 டேபிள் ஸ்பூன்  
உப்பு, மிளகுப் பொடி - தேவைக்கேற்றபடி.  
**செய்முறை :**

ஒரு டம்ளர் ஆரிசி எடுத்து உதிரியாக  
சாதம் பஸ்ஸவும், பெரிய தட்டில் பொட்டு  
சாதத்தை பாத்தி போட்டு எவக்கவும்.  
துருவிய மாங்காய், தேங்காய் கேரட்டை  
அதில் போடவும். பிறகு பொட்டுக் கடலை,  
வறுத்த வேர்க்கடலை, தறுக்கி வைத்த  
கொய்யா எல்லாவற்றையும் போடவும். பிறகு  
நெய்யில் வெங்காயம், தக்காளி, குடபிளகாய்,  
முத்திரி, திராட்சை எல்லாவற்றையும் வதக்கி  
சாதத்தில் போடவும். கடைசியாக உப்பு,  
மிளகுப் பொடி, போட்டு எல்லாவற்றையும்  
சேர்த்து ஒன்றாகக் கலக்கவும், சேர்த்து கலக்  
கிய பிறகு பொடியாக நறுக்கிய கொத்துமல்லி  
போடவும்.

முதல் தானே எல்லாவற்றையும் கலந்து  
வைத்து காணலில் அவசரத்தில் சாதத்தை  
மட்டும் வறுத்தால் போதும். உப்பு காரம்  
புளிப்பு என்று பலவித குசிகள் இருப்பதால்  
சுவையாக இருக்கும்.

- கே. சந்திரா மூர்த்தி,  
சென்னை - 20.

**ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-**

**வெஜிடபிள்  
ஸ்டீப்பிங் பரோட்டா**

**தேவையான பொருட்கள் :**

காலிப்பனவா - 1 கப் துருவியது,  
காரட் - 1 கப் துருவியது,

குழந்தைகள் விரல் அழுக்குகளைப் போக்க  
அடிக்கடி நுகம் வெட்டல் வேண்டும். நுகம் வெட்டு  
வதற்கு முன்பு விரல் பூனியில் பவுடரைத் தடவி  
விட்டால் எவ்வளவு நுகம் வெட்ட வேண்டும் என்று  
தெளிவாக தெரியும். நுகம் வெட்டுகிறேன்  
பேர்வழி என சதையை வெட்டி விடாமல் பாதுகாக்க  
இதுதான் சிறந்த வழி.

- சித்ரா - குர்யா





“என் கணவருக்கு  
என் மேல் ஆசை.  
எனக்கு ராமா  
மேல் ஆசை!”



Available Sizes : 7.5, 10 & 12 ltrs.

நேரத்தியாள அமைப்பு, அழகான  
தோற்றம், வலிமையான வார்ப்பு,  
அபராத உழைப்பு, அருமையான  
செயல்திறன், உடையாத உறுதியான  
பேக்கலைட் கைப்பிடி, 100%  
பாதுகாப்பு, மிகுந்த சிக்கனம்,  
நம்பிக்கையான தரம். இத்தனையும்  
ஒருங்கே இணைந்த ராமா பிரஷர்  
குக்கர் மேல் எந்தப் பெண்ணுக்குத்  
தான் ஆசை இருக்காது? நேரில்  
பாருங்கள், நீங்களும் உணர்வீர்கள்.

இலவசம்



ஒவ்வொரு பிரஷர் குக்கருடனும்  
முடியுடன் கூடிய பிரஷர் பாள்  
இலவசம்

**RAMA**  
ALUMINIUM  
PRESSURE COOKER

Nothing to match it.

பிரசித்தி பெற்ற எல்லாக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

பட்டாட் (அ) முள்ளாங்கி - 1 கப் துருவியது.  
வெங்காயம் - 2 (பொரியது- சிந்தாக நறுக்கி  
வைத்துக் கொள்ளவும்)

பூண்டு விழுது - 1 ஸ்பூன்,  
இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் விழுது - 1 ஸ்பூன்,  
சீரகப் பொடி - 1 ஸ்பூன்,  
தனியா பொடி - 1 ஸ்பூன்,  
சாம்பார் பொடி - 1 ஸ்பூன்,  
மசாலாப் பொடி - 1 ஸ்பூன்,  
கொத்துமல்லி - ½ கப் நறுக்கியது.  
உப்பு - தேவைவரான அளவு,  
எண்ணெய் - 3 தேபின் ஸ்பூன்

**செய்முறை :**

சப்பாத்திக்கு மாவு பிசைத்து வைக்கவும்.  
வாஷலியில் எண்ணெய் விட்டு சீரகம்  
வெடித்ததும் பூண்டு விழுது, இஞ்சி, பச்சை  
மிளகாய் விழுதை முதலில் வதக்கவும். பிறகு  
வெங்காயத்தைப் போட்டுப் பரவுவதாக வரும்  
வரை வதக்கவும். வெங்காயம் வதங்கியதும்  
அதில் தீரகப் பொடி, தனியா பொடி, சாம்பார்  
பொடி, உப்பு போட்டு ஒரு 2 நிமிடம்  
வதக்கி கடைசியில் துரு ஸ்பூன் மசாலா  
பொடி போட்டு கலந்து தனியாக வைக்கவும்.  
இது எல்லா ஸ்டீப்பிங் பரோட்டர்களுக்கும்  
பொதுவான கிரேவியாகும். இனி உங்கள்  
குழந்தைகளுக்குப் பிடித்த காய்கறிகளைத்  
துருவி எடுத்துக் கொள்ளலாம். காவில்பிளவர்  
துருவல், முன்னாங்கி, காரட துருவலை வாஷலி  
யில் சிந்தி எண்ணெய் விட்டு வதக்கவும்.  
சிந்தி தண்ணீர் தெளித்து நன்கு கருண்டு  
வரும்வரை வதக்கவும்.

உருளைக் கிழங்கு பிடிக்கும் குழந்தை  
களுக்கு - உருளைக்கிழங்கை வேகவைத்து,  
தோல் உரித்து கிரேவிட்டன் சேர்த்து பிசைந்து  
கொள்ளவும். காய்கறிகள நன்றாக வெந்ததும்,  
வெங்காய கிரேவியை அதில் போட்டு மேலும்  
2 நிமிடங்கள் நன்றாகச் சேர்த்து வதக்கி இறக்  
கவும். இதில் நறுக்கிய கொத்துமல்லியைத்  
தூவி சிறு சிறு உருண்டைகளாக பிரித்துக்  
கொள்ளவும். பிசைந்து வைத்திருக்கும்  
கொதுமை மாணவ உருண்டையாக எடுத்துக்  
கொள்ளுங்கள். நடுவில் இந்த காய்கறி உருண்  
டையை வைத்து நூறு பக்கமும் மூடி சப்  
பாத்திக் கல்னில் சப்பாத்தியாக இட்டு  
தோஸைக் கல்னில் இரு பக்கமும் செய்து விட்டு  
மொறுமொறுவென்று சிவந்ததும் எடுத்து  
'ஸஸ்' பாக்னில் வைப்புகள்.

- சியாமனா கவாமிநாதன்,  
திருவனந்தபுரம் - R.

**ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-**

## வெஜிடபிள் சப்பாத்தி பொடிமாஸ்

**தேவைவரான பொருட்கள் :**

சப்பாத்தி - 6,

கோட், கோஸ், காவரி பிளவர், பட்டாட்,  
நூடுகோல், டர்னிப் - எல்லாம் துருவியது 1  
மேசைக் கரண்டி.

வெங்காயம் - 1, பச்சை மிளகாய் - 4,  
பூண்டு - 1 பஸ, இஞ்சி - சிந்தி - எல்லாம்  
பொடியாக நறுக்கியது.

கொத்துமல்லி, கருவேப்பினை, புதினா -  
எல்லாம் கொஞ்சம் பொடியாக நறுக்கியது.  
சாக்கரை - 1 மேசைக்கரண்டி.

வெண் - 1 கிள்ளது

**தாளிப்பதற்கு :**

பட்டாட் - 1 துண்டு.

கிராம்ப் - ½,

பிரிஞ்சி இலை - 1,

சோம்பு - 1 தேக்கரண்டி. (அ) ஈடுகு -  
கொஞ்சம்.

சீரகம் - கொஞ்சம்,

உ. பருப்பு - கொஞ்சம்,

பெருங்காயம்,

கொப்பரை - ½ மூடி துருவியது.

**செய்முறை :**

சப்பாத்தியை இரவில் செய்து டப்பாவில்  
வைத்து பிரிட்ஜில் வைத்து விட வேண்டும்.  
காணயில் இரு ஈக்களுக்குமிடையில் சப்பாத்தி  
வைத்து கசக்கினால் தூளாகி விடும். எண்  
னெயர் சட்டியில் பட்டாட், கிராம்ப், பிரிஞ்சி  
இலை போட்டு வெடித்ததும் பொடியாக  
நறுக்கினை வெங்காயம், பச்சை மிளகாய்,  
பூண்டு, இஞ்சி, சோம்பு எல்லாவற்றையும்  
போட்டு நன்றாக வதக்கவும். துருவிய எல்லா  
காய்களையும் போட்டு 3 நிமிடம் வதக்கவும்.  
அவர வேக்காடு என்றாலும் நன்றாக இருக்  
கும். தூளாகிய சப்பாத்தியையும் போட்டு  
வதக்கவும். பொடியாக நறுக்கினை கொத்து  
மல்லி, புதினா, கருவேப்பினை, வெண் ஜூஸ்,  
சாக்கரை, துருவிய லாத்தத் தேங்காய் எல்லா  
வற்றையும் போட்டு நன்றாகக் கிணறி வண்டி  
பாகனில் நிரப்பவும்.

- கே. பார்வதி,  
சென்னை - 29.

திருமதி சசிதேவி, பெங்களூர்.

தென்னை மரத்தில் கீழேவிருந்து வேர் விரும் இடத்தில் 3 அடி நீளம், 1 அடி அகலத்திற்கு மரப்பட்டை கவரலான தின்று விட 1" அளவுக்கு பள்ளம் இருக்கிறது. மரத் தின் வயது 26. காலகம் நன்றாக உன் னன. இந்தக் குழியோட்ட பள்ளம் மரத்தை பாதிக்குமா? மரம் கீழே விரும் அளவும் உண்டா? மீண்டும் அங்கே வேர்கள் வளர மருத்துகக் கிடைக்குமா?

மரத்தின் வேர்ப் பகுதியை ஒரு பரப்பு வட்டமாக எடுத்துக் கொண்டு பாதிக்கப்பட்ட பகுதி 1/2 அல்லது

1/3 இருக்குமா?

அல்லது அல்லது

இருக்குமோ

திருமதி அஜிதா, சென்னை.

அருக்கு மல்லிகை செடி ஒரே பூச்சியாக உண்டது. சீசனில் கூட ஒரு சில பூக்கள்தான் பூக்கின்றன. பூக்களைப் பெருக்க என்ன செய்ய வேண்டும். பந்தம் போட்டாகத்தான் செடி நன்றாக வளருமா?

பந்தம் போடுவது கிடக்கட்டும். முதலில் பூச்சிகளைக் கொல்ல மருந்தியியலகன். மோனோக்ரோட்டோரீபாஸ் மருந்து 2 மி. லி தண்ணீரில் கலந்து செடி முழுவதும் தளையு மாறு அடிபுகுதல். பூச்சிகளிலிருந்து செடி விடுதலை அடைந்தவுடன் உரம் எவ்வளவுக. என்ன உரம், எப்போது, எப்படி என்பதை

**விட்டுக்குள்**

**அதிரடி**

தரல கவனத்தை விடுங்கள். ஒன்றும் ஆகாது. மரமும் கீழே விழாது. பாதிப்பைக்கு அல்லது அதற்கு மேல் எவ்வளவு சந்தேகத்தான். நீங்கள் கொடுத்ததுள்ள கவனத்தை கொண்டு சரிவாகக் கொல்ல முடியவில்லை. அரிப்பு ஏற்பட்ட இடம் மீண்டும் வளர மருந்து கிடைப்பாது. தேவையும் இல்லை அது பாட்டுக்கு இருந்து விட்டுப் போகட்டும். வேண்டுமானால் எல்லா மரங்களுக்கும் அடிப் பகுதியில் வெள்ளை அடிபுகுங்கள். இது கரை வான் அரிப்பைத் தடுக்கும்.

முதலைய இதழில் விளக்கியிருக்கிறேன். அவ்வாறு செய்தால் நீங்களும் அதிகப் பூக்களைப் பெற்றுத் தளையில் குடிக கொள்ளலாம்.

திருமதி வசீதா, திருநெல்வேலி.

கொல்லா மரத்திற்கு என்ன உரம் இட வேண்டும்?

கொல்லா மரத்திற்குப் பொதுவாக வழுத்த நிறகு இருமுறை உரமிட வேண்டும் உரப் பட்டியலைக் கீழே கொடுத்திருக்கிறேன்.

**பதில்கள் : தண்மதி திருவேங்கடம்**

உரம்	ஐரம்	புரம்
மக்கிய		
தொழு உரம்	50 கிலோ	50 கிலோ
புளங்காக்கு	5 கிலோ	5 கிலோ
அம்பொலியம்		
சுப்பை	1 கிலோ	1 கிலோ
சுப்பர் பாம்பை	-	1 கிலோ
பொட்டாஷ்	1 கிலோ	2 கிலோ

தவறாமல் இவ்வாறு உரம் வைத்தால் வருடத்திற்கு 500 - 1000 காய்கள் வரை ரகத் திற்குத் தகுந்தாற்போலக் கிடைக்கும்.

**திருமதி வடிபதி நாராயண், குறுகை.**

எங்கள் வீட்டில் பின்புறத்தில் ஏராளமானக் கூட்டுச் செடிகள் வளர்த்து விடுகின்றன. அதைப் பிடுங்க மட்டும் மாதம் ரூ. 100/- வரை செலவு ஆகிறது. களைகளைக் கொல்வதற்கு மருந்து ஏதாவது இருக்கிறதா?

உங்கள் வீடு வனமிக் செம்மண் பூமியில் கட்டப்பட்டு இருப்பதால் இப்படித்தான் களைகள் புகுபுகுவென்று வளர்த்து விடும். குழந்தைகள் தோட்டத்தில் விளையாடச் சென்றால் களைகள் இரவு நேரங்களில் விட்டினால் எலி, பாம்பு, பூரன் போன்ற ஆத்துகள் உங்களை நுழைத்து விடுமா என்று பயம்; களைகளைப் பிடுங்கி விடலாம் என்றால் தோட்டகாரன் சரியாகக் கிடைப்பதில்லை.

இவையெல்லாம் உங்களுக்குத் தெரிந்த பிரச்சனை மட்டுமே உங்களுக்குத் தெரியாத பிரச்சனை கூட ஒன்று உள்ளது. இம்மாதிரி களைகளைக் கட்டுப்பாடிவந்தி வரை வீட்டால் வீட்டின் அழகு குறைவதோடு உடல் நலத்துக்கு கூட அபாயம் ஏற்படலாம்! ஆமாம், பார்த்தீனியம் போன்ற தசுக் களைகள் வளர்வதால், அவற்றின் பூக்களிலிருந்து மகரந்தங்கள் காற்றில் பரவி மனிதர்களுக்கு அவர்தி, ஆஸ்துமா போன்ற கவாசம் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. ஆகவே களைகளை வரை விடாதீர்கள்.

களைகளை அழிப்பதற்கு களைக் கொல்லி உபயோகிப்பது எல்லையுள்ள ஆணாய் சிறந்த வழி. ரவுண்டப் 10 மிஸி/லி தண்ணீரில் கலந்து செடிகள் முழுதும் தண்ணீரோடு அடிபுங்கன். 10 - 15 நாட்களில் செடிகள் முழுதும் காய்ந்து இறந்து விடும். இந்த மருந்து செடிகளின் அடிவேர் வரை சென்று வேலை செய்வதால் செடிகள் வேரோடு பட்டுப் போய் விடுகின்றன. ஆகவே மறுபடியும் அவை நுழைத்து வளர்வதில்லை. மருந்தின் விலை தோட்டக்காரனுக்கு தங்கள் கொடுக்கும் உலையை விட அதிகம் போல் தோறா

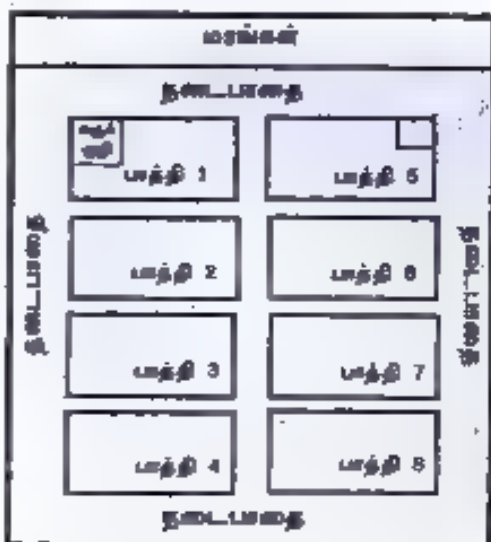
லாம் ஆனால், மீண்டும் தங்கள் தோட்டக் காரனை நாடவே போவதில்லை என்பதை உணர்த்தாய் இதன் விலை ஒன்றும் பெரிதில்லை.

ஒன்றைக் கவனித்தீர்களா? நமக்குத் தேவையான செடி எதுவும் இப்படி செழித்து வளர்வதில்லை. எது தேவையில்லையோ அதுவே செழித்து வளர்கிறது.

**செவ்ஞ் பாலுங்கள் :**

புது வீடு கட்டியிருக்கிறோம். வீட்டிற்குப் பின்னால் இடமிருக்கிறது. என்ன மாதிரி செடிகள் வளர்க்கலாம் என்று பலரும் கேட்கிறார்கள். இந்த மாதம் அவர்களுக்குக் :

குறைந்த இடத்தில், குறைந்த செலவில், அதிகச் செடி வகைகளை வளர்த்து அதிகப் பழங்களையும் காய்களையும் பறிக்க வேண்டுமா? வீடு கட்ட பின்னால் வளர்த்து கொள்வது போல தோட்டம் போடவும் பின்னால் வளர்த்து கொள்ளுங்கள். திட்டமிட்டுச் செயல்படுவதால் அனாவசியமாக பணம், நேரம் வீத்யமாவதைத் தடுத்து அதிக லாபம் பெறலாம். எந்த இடத்தில், எந்த மாதம், எந்தச் செடி/மரம் வளர்க்க வேண்டும் என்று முன்பே தீர்மானித்துக் கொள்ளுங்கள். பின் அதன்படி செயல்படுங்கள். இதோ உங்கள் உதவிக்காக, குறைந்த இடத்தில் அதிகச் செடி வகைகளை வளர்க்க ஒரு கச்சிதமான பிளான்



1. முதலில் உங்கள் தோட்டத்தை பாத்தித் துதிப்பிட்டுள்ளபடி தாரலர்பக்கமும் தண்டபாத்தி விட்டு நடுவில் உளை பகுதியை சின்னச் சின்னப் பாத்திகளாகப் பிரித்துக் கொள்ளுங்கள்.

2. மரங்களின் தோட்டத்தின் பின்புறத்தில்



# பழமை வாய்ந்த ஆயுர்வேதத்தின் அரிய அன்பளிப்பு பல வகையில் பலன் தரும் ஹிம்ஃபல் தைலம்

தலைவலி, உடம்பு வலி, கால்களில், பல்வலி, மூட்டு வலி,  
வெட்டுக்காயம், திப்பன் - அணைத்துக்கும் சிறந்த நிவாரணி,  
செத்தல் கொதிக்கவும், உடலுக்கும் குளிர்ச்சி அளிக்கவும்  
இணைப்பதற்கு, இதை தேன் ஆயிரவகையில் தினமும்  
உபயோகிக்கலாம். ஹிம்ஃபல் -



பல வலி



தலைவலி



கால்களில் வலி



பல்வலி

## ஹிம்ஃபல் தைலம்



Manufactured by: Himalaya Ayurvedic Works, Calcutta

Marketed by: V.C. RAMALINGAM & SONS,

16, Mill Street, Park Town, Chennai - 600 005. Phone: 5350434, 5350728. Fax: 5340445

**Wanted Dealers and Stockist Districtwise**

- BUSINESS MANAGEMENT
- BUSINESS ADMINISTRATION
- OFFICE ADMINISTRATION
- SALES & MARKETING
- FINANCIAL MANAGEMENT
- INDUSTRIAL RELATIONS & PERSONNEL MANAGEMENT
- HUMAN RESOURCES DEVELOPMENT
- LABOUR LAWS
- EXPORT & IMPORT MANAGEMENT
- MATERIALS MANAGEMENT
- PRODUCTION MANAGEMENT
- TOTAL QUALITY MANAGEMENT & ISO 9000
- QUALITY CONTROL & ISO 9000
- QUALITY ASSURANCE & ISO 9000/ISO 9001
- ENVIRONMENTAL MANAGEMENT & ISO 14000/14001
- INDUSTRIAL SAFETY
- RESEARCH & DEVELOPMENT
- ADVERTISING & PUBLIC RELATIONS

## ICOLAM offers SIX MONTHS

DIPLOMA Courses by Correspondence (Distance Education Programme.) Each Diploma Course has 4 written papers.



## INDIAN COUNCIL FOR LABOUR MANAGEMENT (ICOLAM)

25, Mada Church Rd.,  
1st Floor, Mandaveli, Chennai - 28.  
Ph : 044-4952719/4952572  
Fax : 044-4933259/4940066

ELIGIBILITY : No formal qualification is required. (Open Education System) Course fee Rs. 700/- only. Examination will be held in all major centres in India. For application and Prospectus send Rs. 6/- postal stamp to the above address.



சீயக்காவில் இருக்கும் கோட்டையையும், நிறைய செம்பகுத்தி நகழ், வெப்பிக்கை, எருவேப்பிக்கை (உயர்த்தது)யையும் கைத்து பொடி பண்ணி கலந்துக் கொண்டால் ஐந்து வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு இவற்றைத் தேய்த்தால் கண் எரிவாது. அடம் பண்ணாமல் தேய்த்துக் கொள்வார்கள். விரும்பு பவர்கள் வெந்தயத்தையும் சிதிர்துவ தெய்யையும் கைத்து கொள்ளலாம்.

- ஏன். கம்பனா

நடுக்கன் இதனால் மரத்தின் நிழல் மறை செடிகளின் மேல் விழுந்து அவற்றின் வளர்ச்சி குன்றவதைத் தடுக்கலாம்.

3. நாட்பாஸ்தகனின் இரும்புருகிலும் கிரைசன், புதினா, பொன்னாங்கண்ணி, கொத்து மல்லி ஆகிய தாவர வகைகளை செடிகளை சிறு வேலிகள் போல மாற்றி மாற்றி தட்டு பண்ணப் பறலாம்.

1. காயம்பலுண்டு கவர் அலுவது வேலி மீது கோலலக்காய், பாத்திரம் போன்ற கொடி வகைச் செடிகளைப் படர விடுவதை.

2. எருக்குழிகளைத் தோட்டத்தின் இரு மூலைகளிலும் வைத்து அவற்றில் காயாவலன்ற மற்றும் தோட்டத்துக் கழிவுகளைக் கொட்டுங்கள். இவையே உங்கள் தோட்டத்துக்குத் தேவையான இவற்றை உரத்தை அளிக்கவும் அமுதகர்பிகள். எருக்குழிகளின் மேல் பத்தல் கட்டி அவற்றின் மேல் அகலாது புடவை பீரக கவகாய் ஆகியவற்றை ஏற்றி விட்டால், காய கனம் கிடைக்கும். குழிகளும் பிறர் களை பார்க்கப் படாது.

6. பாத்திரங்களைய பிரிக்காமல் வரப்பீய் வெக காயம், முள்ளாங்கி, உருளை போன்ற விழுங்கு வகைச் செடிகளை வளர்க்கலாம்.

7. பாத்திரங்களில் எண்ண தாய்களிகளை எப்போது வளர்க்கலாம் என்பதைக் கீழே பார்த்துத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

பாத்திர 1 : தக்காளி மற்றும் வெங்காயம் - ஜூன் - செப்டெம்பர்

முள்ளாங்கி - அக்டோபர் - நவம்பர்

கீபிரென்ச பீன்ஸ் - டிசம்பர் - ஜனவரி

வெண்ணடக்காய் - மார்ச் - மே

பாத்திர 2 : கத்துரி - ஜூன் - செப்டெம்பர்

கீபிரென்ச பீன்ஸ் - அக்டோபர் -

டிசம்பர்

கிரைசன் - மே

தக்காளி - ஜூன் - செப்டெம்பர்

பாத்திர 3 : மிளகாய் மற்றும் முள்ளாங்கி -

ஜூன் - செப்டெம்பர்

காராமணிப் பயறு - டிசம்பர் - பிப்ரவரி

பெருவாரி வெங்காயம் - மார்ச் - மே

பாத்திர 4 : வெண்ணடக்காய் மற்றும்

முள்ளாங்கி - ஜூன் - ஆகஸ்ட்

முட்டைக்கோல் - செப்டெம்பர் -

நவம்பர்

கொத்துக்கடலை - ஜனவரி - மார்ச்

பாத்திர 5 : பெருவாரி வெங்காயம் - ஜூன்

- ஆகஸ்ட்

பீட்டூட் - செப்டெம்பர் - நவம்பர்

தக்காளி - டிசம்பர் - மார்ச்

வெங்காயம் - ஏப்ரல் - மே

பாத்திர 6 :

கொத்துக்கடலை - ஜூன் - செப்டெம்பர்

கத்துரி மற்றும் பீட்டூட் - அக்டோபர்

- ஜனவரி

பாத்திர 7 : பெருவாரி வெங்காயம் -

ஜூன் - ஆகஸ்ட்

காரட் - செப்டெம்பர் - டிசம்பர்

பூசணிக்காய் (சின்ன) - ஜனவரி - மே

பாத்திர 8 :

அவரை (செடி) - ஜூன் - ஆகஸ்ட்

வெங்காயம் - செப்டெம்பர் - டிசம்பர்

வெண்ணடக்காய் - ஜனவரி - மார்ச்

கொத்துக்கடலை - ஏப்ரல் - மே

மாங்கள் :

குருகுங்கை, வரவழி, கருவிலப்பினால், தெலுங்கு, தென்னா

இந்தப் பீனாவைய செடிகள் வளர்த்தால் விட்டுக்குத் தேவையான ஏறக்குறைய எல்லாக் காய்கறிகளையும் நாமே தோட்டத்திலிருந்து பறித்துக் கொள்வோம். மேலும் ஒரு மாதத்தில் ஒரே மாதிரியான காய்கள் திறைய கிடைப்பதையும் தவிர்த்து, சிறிய அளவில் பல்வேறு காய்கறிகள் கிடைக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளலாம். கிடைக்கலின் விளை மிகுதிப் போனால் 30 ரூபாய்தான் ஆகும். ஆனால் உலகம் உழைப்பும், ஆர்வமும், கவனமும் இவை அதிகம் இருக்கும்.

# பில்ராத்

மருத்துவமனை

கத்தியின்றி...

ரத்தமின்றி...

**வயிறு**

சம்பந்தப்பட்ட சினைத்து

நோய்களுக்கும்

ஓர் குழுவையாக

**தீர்வு**

- அக்சர்
- அபிவிருத்தி
- கைப்பிடிப்பு நோய்
- கைப்பிடிப்பு கற்கள் (Gall Bladder Stones)
- குடல் இறக்கம் (Hernia)
- ஒவரியில் கட்டி எடுத்தல் (Ovarian Cyst Removal)
- குடும்பக் கட்டுப்பாடு சிகிச்சை

முதன்முதலில்

அக்சர், ராசானிக் குழுவைக்  
கேள்ராஸ் கோப்பி  
சிகிச்சை

**சிறப்பு அம்சங்கள்**

- ரத்த இழப்பு இல்லை
- தழுவிய ஏற்பாடு
- உடனே பின்புறம் திரும்புவதில்

சிறுவை கிணர்

**முல வியாதி**

சிகிச்சை



**சிறப்பு நிபுணர்:**

**டாக்டர் வெ. ஜெகநாதன்**

M.S., M.A.M.S., FRSH (LOND) MACG (USA);  
FAGE, FAMS-Gastro (Vienna), FICS-Gastro

யு.சி.சி. மருத்துவ குடும்ப மருத்துவம்  
மேல் சிகிச்சை நிபுணர்



**BILLROTH  
HOSPITAL**

124 மணி நேர சேவை

43, டி.கமி திரையரங்க சாலை, சென்னை-600030.  
போன் : 6440020/6441777.

**எ**ல்வோரும் ஆச்சரியமாகப் பார்த்தார்கள் அவ்வளவு.

ஒரு வாரமாக அவர் மனைவி ஆஸ்பத்திரியில் உயிருக்குப் போராடிக் கொண்டிருக்கிறாள்.

ரெண்டு தான் முன்புகூட இந்தப் பிரிவில் வேலை செய்வானில் சிலர் ஆஸ்பத்திரிக்குச் சென்று பார்த்து வந்தனர்.

நிலைமையில் ஒருவிதமான முன்னேற்ற முயற்சியை பிழைப்பதே துர்ப்பம் என்று தான் பரவலாக அபிப்பிராயப்பட்டதாகப் பாதி நேரம் நிலைவே வேறு இல்லை என்று சொன்னார்கள்.

மனைவி நிலைமை அப்படியிருக்க இவர் பாட்டுக்கு ஆபீசுக்கு வந்து கொண்டிருக்கிறார். இவ்வுழங்கூட.

"எங்க ஒரு ஆஸ்பத்திரிக்குப் பக்கத் தாலதான் சார் இருக்குது. நேத்தி ணைட்டுகூட ஒரு தபா எட்டிப் பார்த்தேன் சார். இவரில்ல. பிணைவு கதான் இருந்தாங்க. டாக்டருங்க இருவத்தி தால மணி நேர கெடு வச்சிட்டாங்கன்னு பேசிக்கிளையங்க."

பயன் மருதாசலம் டைப்பிஸ்டிடம் கிணிகத்துக கொண்டிருந்தான்.

# இனியவனே

"கெடு வச்சிட்ட,

டாங்கனா? அட கஷ்ட. காலமே!

ஆமாம் இவரு ஏன் இங்கே வந்து உக்காந்துக்கிட்டிருக்காரு. அதைமமா பக்கத்தில இல்லாமா?"

டைப்பிஸ்ட முகவானைக் கைகளில் தாங்கியபடி யோசித்தான்.

அந்தப் பிரிவில் அனைவரும் தய களுக்குள் தங்கள் விஸ்ப்பையும் சந்தேகத்தையும் பரிமாறிக் கொண்டிருந்தபோது. அலுவலகத்திற்கு சற்றே தாமதமாக வந்த சரேஷ் அவரைக் கண்டதும் விஸ்ப்புடன் நேரே அவரிடம் போனான்.

"என்ன ஹெட்லிணார்க் சார்? ஆபீசுக்கு வத்திட்டங்க! உடம்பு சரியாவி மேடம்

ஜூலை 96

விட்டுக்கு வந்துட டாங்கனா?"

"வந்துடுவாங்க! சீட ரிமே விட்டுக்கு வந்துடு வாங்க!"

அவர் குரல் அவருட்கே வினோதமாக ஒலித்திருக் குமே! தொண்டையை பவமாகச் செருமிக் கொண்டார்.

"உங்க விட்டுக்கு தான் வத் தப்போ எல்லாம் அலுங்க எவ்வளவு அன்பாய் உபசரிப்பாங்க





சார்! கூடிய சீக்கிரம் அவங்க தவ்வாபடிவா வீட்டுக்குத் திரும்பணும் அவங்க கையால ஃபர்ஸ்ட் க்ளாஸ் காப்பி ஒரு கப் சாப்பிடணும் போல இருக்கு சார்! அந்தக் கை மணம்... ஆஹா..."

“ரேஷ் ரெசப் பேச அவா முகத்தில் ஒளிகூட ஆரம்பித் த்து.

“காபி மட்டுமா? கற்பகம் கையால செஞ்சு எது சொடை போலும்? அவ நமக்காகத் தயாரிச்சக் குடுகிற எல்லாத்திலே யும் அவ அன்பும் பிரி வமும் கூடவே கலத் திருக்குமே? அந்தத் த் கவனிச்சிருக்கியா கரேஷ்!”

கனீரெண்ட

## ரேவதி பாலு

குரலில் தொடர்த்தார் அவர்.

“பேரன் பேத்தி எடுத்த கவகன்னுதான் பேசு இந்த வயசிலும் என்ன கறுகறுப்பு தெரியுமா?”

“போன வருஷம் உங்க போனோட ஆண்டு திளைவுக்கு வந்தோமே!” அப்ப அவங்க ஓடி ஓடி வேலை செஞ்சது என் கன் முன்னாலேயே திக்றது சார்!” திரிமலா பெரிசுவாதே மெல்ல வந்து அவர் மேசைக்கருகே நின்று கொண்டாள்.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் மேசையருகே கூட்டம் சேர ஆரம்பித்தது.

“அவங்க கறுகறுப்புக்கு எப்படி ஆஸ் பத்திரியில் படுத்திருக்காங்களேனே ஆச சரியமா இருக்கு சார்!” பிரமினா அங் கலாயத்தான்.

“கவயாணமான் இந்த முப்பத்தாறு வரு ஷத்தில் ஒருதாண்ட கூட அவ சோம்பிப் படுத்து நா பார்த்தேயில்லேவோமா. எப்பவும் உறகாகத்தான். ஒட்டத்தான்.”

“போன மாசம் என் சிஸ்டர் கல் யாணத்துக்கு அழைக்க சார் வீட்டுக்குப் போயிருந்தேனில்ல” அப்பத்தான் சார் மிஸஸ்ஸை மொதன் மொதலாய் பார்த் தேன். ஊரோ ஆபீஸில்கூட வேலை



டாக்டர் சகோதரர்களின்

# தென்கிடைம

மாத இதழ்

ஐஸ்லை இதுழில்



\* 5 வயது சிறுவனை நீரிழிவு நோயிலிருந்து மீட்டது எப்படி?

\* அமெரிக்கா செய்த ஆராய்ச்சி கொளலகள்!

\* பெண்களே! உங்களுக்குகூட டாக்டர் சகோதரர்கள் தொடர் இத்தகை

\* இரத்த தானத்தின் கேடுகள் கேள்வி-பதில், துணுக்குகள்.

முன்னாள் செறுநகரகாம எழுத்தாசிரியர் தோ

**தென்கிடைம டாக்டர் சகோதரர்களின்**

ரூ. 6, கல்யாண் பீச் ரோடு, சாத்தேம், சென்னை 600 004. Ph: 4931333

3.7.98 முதல் ஒவ்வொரு வெள்ளித் திழைமும் காலை 5.30-8.00 மணிக்கு விநியம் 4.விநியம்

டாக்டர் சகோதரர்களின்

'தென்கிடைம' ஒளிபரப்பிதது

தருமபுரம், தோயிப்பொழி மருத்துவம் குறிப்புகள் ஆவியிய 'தென்கிடைம' திழைச்சிவமும் வாசாத்தவழியிசுதிகள்.

செய்வதலர்தானேன்னே தெனக்காம, கலயாணத்தைப் பத்தி அத்தனை விஷயங் களையும் எவ்வளவு அக்கறையா விசாரிச் சத தெரிஞ்சிக்கிட்டாங்க தெரியுமா?" அக்கலண்டண்ட் தடராஜன் சொன்னார்.

"ஏன்? கொஞ்ச நாள் முன்னால எங்கம்மா உடம்பு சரியில்லாம ஆஸ்பத் திரில படுத்திடுங்காணனு கேள்விப்பட்டு சாரோட அவுங்களும் கூட வந்து பார்த் தாகவனே?" மனதான சகோஷ்.

"அந்த அளையையும் பரிவையும வாறாவ மறக்க முடியுமா?"

ஆனாளுகதப் பேச ஆரம்பிக்க அவா மனக்கண் முன்னால அவா மனனலீ கற் பகம் ஜீவனுடன் நடமாடிக் கொண் டிருத்தான் அவா முகத்தில் பெருமிதம் தாண்டலுமரிடிவது.

"ஒருதான் அஞ்ச நிமிஷம் வீட்டுக்கு கேட்டா போலிட்டாககூட. 'ஏங்க மேட்டு'னு வாசலமேயே திப்பானே."

அவா தனக்குள்ளேயே பேசிக் கொண்டிருப்போ களது சத்தேகமாய் கிரேஷ் அவரை எறிட்டால்.

"களைவாசை அத்த கிரிசை முகம் ஆ' படியே மனசிலேயே திககதது" சட்டென்று திரமலா தாக்கைக் கடித்துக் கொண் டான்.

"ஏதோ இவ்வாதவங்களை நினைவு கூறுவது போல பேசிட்டேயேனோ."

பிரமீனா மேனசக்கடிதில் அவன்



வேக்கடமை 'சிக்கி' செய்யும்போது பேசுக்கிட்டா, சாகமேட் ஹாஸ்கிசு அவ் வது காயினானை கிறிதளவு சோத்துக் கொண்டதம், சூழ்த்தகை விநியம் சாப்பிடு வார்கள்.

— மடகமி கத்தரம்



கையைப் பற்றி 'பேசாமல் இரு' என்று தூடை கூதி அழுத்தினாள்.

இடமென்று சூழ்நிலையில் மெளனம் கனமாக வந்து அமர்ந்து கொண்டது போல் தோன்றியது.

அனைத்து நாள் மாரட்டாதவர் போல் அவரே திரும்பிப் பேச ஆரம்பித்தார்.

"நீ பார்த்ததேவிலியே என் மிஸஸ்ஸை?"

செக்ஷனில் புதுசாய் சேர்ந்திருக்கும் ஸிமலானைப் பார்த்து உற்சாகமாய் பேச ஆரம்பித்தார்.

"ஒரு தடவை அவளைப் பார்த்துப் பழகினா போதும், அப்பறம் அடிக்கடி என் வீட்டுக்கு வர ஆரம்பிக்கிறா நீ? மறு கூங்கன்னா அப்படி உயிரைக் கொடுப்பா கற்பகம்."

குரலில் பெருயிதம் இழைய இழைய பேசிக் கொண்டிருந்தார் அவர்.

ஃபோரம் ஒலித்தது.

அவர் காதுவ எத்த ஒலியும் வீழ்ந்த மாநிலியே தெரியவில்லை. நிமிடத்துக்கு நிமிடம் அதிகரித்த உற்சாகத்துடன் பேசிக் கொண்டிருந்தார் அவர்.

ஃபோரனை எடுத்துப் பேசிய டைப்பிஸ்ட் கரேஷ் காதுகே வந்து ஏதோ கிக் கிகத்தான்.

அவர் எதையும் சட்டை செய்லாமல் பேசிக் கொண்டிருந்தார்.

"அடுத்த மாசம் என் ரெண்டாளது மரு மகளுக்கு வளைகாப்பு சீமந்தம். எங்க வீட்டிலேயேதான் செய்யப் போறோம். நீங்க எவ்ளோரும் வந்திருந்து நல்லா 'ரெண்டா' நடத்திக் கொடுக்கறோம். என் மன்னலிக்கு எல்லா ஃபங்ஷனார் ரொம்ப ஸீமரிசைலாப் பண்ணினாத்தான் மிடிக்கும். ஒடியாடி உற்சாகமா வேலை செய்ய அவ இருக்கும்போது நல்லா நடத்தறதுக்கென்ன தடை? என்ன சொல்றீங்க?"

அவ்வளவு பெரிய ஹாலில் நிலவிய திசுத்ததில் அவர் குரல் மட்டும் ஒலி ஒலித்தது.

எவ்ளோர் முகங்களிலும் சங்கடமான தொரு மெளனம். கண்கள் அவரை சந்திக்கப் பலந்து தாழ்ந்தே இருந்தன.

கரேஷ் மெதுவாய் அவரருகே போய் அவரை அணைத்தாற் போல் இருக்கக் கீழிருந்து தூக்கி நிறுத்தினான்.

டைப்பிஸ்ட் எதிரே வந்து நிறுது. "சார்! ஆஸ்பத்திரி..." என்று இழுத்தபோது.

'எனக்குத் தெரியும். நான் பார்த்துக் கொண்டேன்' என்பது போல கரேஷ்



# Eve's Dream Wear

Exclusive Showroom for Ladies



**Latest Collection of**  
**SALWAR KAMLEZ**  
Designer, Partywear,  
Casual wear,

**WESTERN WEAR**  
Jeans, Tops, Skirts,  
One Piece Middies,

**NIGHT WEAR**



at 15, Aarti Arcade  
(Opp: Kanya Beauty Parlour)  
86, Dr. Radhakrishnan Salai,  
Chennai-4. Ph: 8223782

Exclusive Showroom of

## KILLER LAMMAN

For juniors, teens, ladies & men  
**Jeans, Jackets,**  
**Shirts & Casuals.**



## trishla apparels

13, Aarti Arcade  
(Next to Turakhia Optician)  
86, Dr. Radhakrishnan Salai,  
Chennai-4. Ph: 8223782

Bring this ad to get a free gift with your purchase

EMERALD

DIAMOND

CORAL

**அதிர்ஷ்டக்கற்கள் உலகில் பரம்பரை அனுபவம் பேசுகிறது!**

எங்கள் மட்டளம் காலத்தில் இருந்தே கற்கள் விநாயகத்தில் மிக்க அனுபவம் வாய்ந்த நாயகம் வித்தியாசமான முறையில் விஞ்ஞான சிந்தனை உய்கள் ஜாதகத்தில் ஆயுட்காலம் முழுவதும் உண் தரையுத்திகளை ஆராய்ந்து உய்கள் ஆயுட்காலம் முழுவதும் அனியக் கடவு வகையில் அதிர்ஷ்டக் கற்களை மிக்ஞான செய்திறோம்.

அனுபவமற்றி தீய்கள் வேறு எந்த ஜோதிட்டம் ஜாதகம் மீத்திருந்தாலும் அவ் குறியிட்ட உண்மையான திறோட்டிகள் ஜாதிகக்கற்களை எங்கலிடம் வாய்கி அனியலாம். அப்படி எங்கலின் தாத்தின் நம்பிக்கை கொண்டு வாய்கி அனித்து மலம் பெற்றவர்க்க் ஏனாம் !

வெளிநாட்டினர் 14 டி.என். டாலர்கள் (அ) ரூ.450/-ஐ D.D. யாக Mr.Rajendrakumar M. Mehta எந்த பெயருக்கு எடுத்து உய்கள் ஜாதகம் மீறத்த திட்டம், மீறத்த தேதி தோம், உய்களுடைய E-Mail Number குதலியைத்தான குதிர்பி.கு அனுப்பவேண்டும்.

E. Mail Address: pushtra @ gmaila. vial. net. in

வெளிநாட் அய்க்கள் தய்கள் ஜாதக நகலுடன் ரூ.201/- + ரூ.35/- (தய்கள் செலவு) அனுப்பி குதுபலக்ககையும், தய்கள் அனியவேண்டிய கற்களைப்பற்றியும் ஆய்னை கேட்க முன் பெறலாம்.



Sri Rajendra Kumar M. Mehta.

**JAIPUR GEM'S 'N' JEWEL**

NEAR PANAGAL PARK, OPP.A.R.R. COMPLEX

52-A, NORTH USMAN ROAD, T.NAGAR, CHENNAI - 600 017.

TAMIL NADU, PHONE : 8253404, 8237393 PAGER NO:9632-709074

WORKING HOURS: 11:00 A.M. TO 7:30 P.M. SUNDAY HOLIDAY

ஒன் அப்பாய்ன்ட்மென்ட் வரலாம்

On Appointment Only

**RUBY (எல்லா ஜோதிக் கற்களும் எங்கலிடம் கிடைக்கும்) PEARL**

இந்திய அரசாங்கத்தின் மனித வள மேம்பாட்டு அமைச்சகத்தின் பண்பாட்டுத் துறவுதின் சார்பில் மத்திய பிரதேசத்தின் தலைநகரமான போம்பாயில் இப்பயி வகும இந்திராகாந்தி தேசிய மனித ஜீன அரும்பெருள் ஸட்டியமம் 1998 ஜூலை - ஆகஸ்டு மாதங்களில் மகரத்து வரும் மரபு சார்த்த கலைகளுக்குப் புத்தியித் அளிக்ஞம் வகையில் கண்டாட்சிகள், போட்டிகள், கருத்தரங்குகள், நிழ்க்கலை நிழ்க்கிசின் குதலியை நடத்தத் திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

புள்ளிகள் கலத்தும் மேடுகலையும் அழகிய மேலங்களை ஆண்டு முழுவதும் விட்டிகள் வரலிலும், உள்சேயும், சேயில்கலிலும் வரலையு தென்றுதெட்டு வளர்ந்து வந்த ஒரு அரிவகைய. துசகீக வளர்ச்சியாலும் துத்தட்டுப்பாட்டினாலும் துக்கலலியில் வக்கம் குமரத்து கொண்டு வகுவதனால் தேவகோட்டையிலும் (ஜூலை 16, 17, 18) சென்னையிலும் (ஜூலை 25, 26, 27) மேலம் வரலையும் நிழ்க்கிசின் நடத்தத் தீர்மானிக்கப்பட்டுள்ளது. இதில் பங்கெடுத்துக் கொள்ள துக்கு மேலம் வரலயத் தெரித்தவர்களை ஆவலுடன் வரவேற்கிறோம். தேவகலயை பொருட்டன் வுத்கப்படும். சிறந்த ஒன்று படைப்புகளுக்கு சம்பலானலும் வுத்கப்படும்.

நிழ்க்கிசின் தடைபெறும் துடம்:

தேவகோட்டையில்: பெரிய வளர் விடு வளர் தெரு.

(செருகா வளர் அருகில்) தேவகோட்டை 830 302

சென்னை: ஸி.பி. ஆர்ட் செட்டர், 3. உட்டாயும் சகைய, சென்னை - 600 018  
பங்கு பெற விதும்புலோத் பதிலு செய்து கொள்ள: தேவகோட்டையில் ஜூலை 19க்கு முன்  
8.30. தீலா, 5. கட்ட முருகப்ப செட்டகாத் தெரு, தேவகோட்டை.

பேலன்: (04581) 72848

சென்னை: ஜூலை 25க்கு முன்

லக்யமி வெவ்வுட்டாமன் 37/7 மகாஜாஜா குரியலாய் சகலை,

ஆழ்வார்பேட்டை, சென்னை 600 018 பேலன்: 451839

நிழ்க்கி தடைபெறும் துடங்களில் அத்தத் தேதிசினில் வகை 9.45 மலிக்ஞம் பதிலு செய்து கொள்ளலாம். நிழ்க்கி தோம் ககை 10 குதல் மகைய 5 மலிக் வகை.



# வைக்க கவிதைகள்

மலருக்கும்  
முடி திருத்தம்  
வண்ணத்துப் பூச்சி!



பத்தனுக்கு -  
வெட்டி கட்டினான்  
கந்தல் கோவணத்துடன்!

சரப்பு விட்ட  
புல் காம்புகள்  
பணித்துளி!



வெள்ளத்தால் பாதிப்பு  
கரும்புக்கு...  
எறும்புக்கும்தான்!

அடுப்பி பூனை  
தூக்கி விசப்பட்டது  
ஜப்தி!



விண்ணிலிருந்து  
சேவியாக்கள்...  
மழை!

— அப்பாறு ச. புகழேந்தி

தலைவயைசந்து அவனை கையமர்ததி  
னான்.

ஏறக்குறைய அவரை ஊரில் தனதிக  
கொண்டு போனான் கரேஷ்.

"எங்கே அழைச்சிக்கிட்டுப் போற?  
பூசுபன் சாப்பிடவா? கற்பகம் வீட்டில இருத்  
திருந்தா கையில ஏதாவது கட்டிக் குடுத்தி  
ருப்பா. உனக்குத் தான் தெரியுமே கரேஷ்!  
நா வெளியில கண்டதை சாப்பிட்டு உடம்  
பைக் கெடுத்தக்கறது அவளுக்குக் கட்  
டோட பிடிக்காது."

"எப்பவாம?" என்றான் திரம்மா நாழ்த்த  
குரலில்.

"ஒன் அவர் ஆயிருக்கும் போல  
தோணுது. இவரு எங்கேயிருக்காரன்னு  
கண்டுபிடிக்க இப்பத்தான் கிப்போல  
பண்ணியிருக்காங்க பின்னங்க" என்றான்  
டைப்பிண்ட்.

"கடைசி கடைசியாய் பொண்டாட்டி  
பக்கத்தில இல்லாம... இவர் ஏன் இப்படி...  
எனக்குப் புரியவே இல்லை" பிரமீனா  
தலைவயை உறுக்கிக் கொண்டான்.

"ரொம்ப அஸ்வோஸ்வமான தம்பதி  
பிரமீ இவங்க ரெண்டு பேரும்! இவர்  
அவங்களைப் பத்திப் பேசற மாதிரியேதான்

அத்தம்மாவும் இவரைப் பத்தி. "தல்ல  
கொணம்" கோவமே வராது" அப்படி...  
இப்படி...அன்னு பேசிக்கிட்டு இருப்பாங்க.  
ஹூம்!" திரம்மா பெருமூச்சு விட்டான்.

"தன்னோட இனிய பாதியின் கடைசி  
நேரத்தை அவராவ தெனக்கக்கடப் பார்க்க  
முடியல பிரமீ! எங்கே அந்த எண்ணம் தம்  
மடைவ புருத்துமோன்னு தெனக்க  
பயத்துதான் இங்கே வந்திருக்காரு"

திரம்மா வருத்தத்தோடு பேசிக்  
கொண்டிருந்தான்.

"இங்கே நம்மோட பேசிப் பேசி, தம்  
மண்ணிலைய முழு ஸ்ரீவனோட மனசில  
பதிச்சிக்கிட்டு, அவங்க தல்லாத்தான்  
இருக்காங்கன்னு ஒரு பிரமையை மனசில  
வளர்த்துக்கிட்டு இருக்காரு."

எல்லோரும் துயரத்தோடு நினைவுக்  
கொண்டிருந்தார்கள்.

"ஆக! இன்னும் ஒரு வருஷத்தான்  
நிடைபரான பிறகு ஒரு டிரீப் எல்லா புண்ப  
வந்தவங்களுக்கும் போகன்னுமனு கற்பகம்  
சொல்லிக்கிட்டிருக்கா. அப்புறம்  
கீபீர்தானே! போறதுக்கென்ன..."

வாசனைக் கட்டி படிபிறங்கும்வரை அவர்  
குரல் ஊரில் கேட்டுக் கொண்டிருந்தது.

# ஆத்ரேயா ரெடிமேட் ரவிக்ைககள்

சரியான ஃபிட்டிங் - தரமான துணி - நியாயமான விலை



தரமான 2X2 துணியினால் முதுகு பகுதியிலும் - கைகளிலும் அழகாக பவவிதங்களில் டிஸைன் செய்யப்பட்ட ரெடிமேட் சோனிகள் மற்றும் சாதாரண சேரனிகளும் இங்கு கிடைக்கும்

## ATHREYA FABRICS

உங்கள் புடவைகளுக்கு உயர்ந்தரமான மேட்சிங் துணிகள் விற்கப்படும்.

2X2 - பாலிகாட் - சில்க்காட்டன் - பிளிலிஸி Etc

## ATHREYA GARMENTS

வள்ளுவர் கோட்டம் தெருஞ்சாலை (தேராட்டல் சுப்ரபாத் எதிரில்)

நுங்கம்மாக்கம், சென்னை 600 034. Ph : 8228588 Fax: 8278031, 560076

வேலை நேரம்: காலை 10.00 முதல் இரவு 8.00 வரை குடியிரு, விடுமுறை

Credit Cards Accepted

ஸ்ரீராமஜெயம்

## HIMSAGAR TOURS AND TRAVELS (P) LTD

(A Specialised South Indian Group, Air Operator)

P-31 E, NARAINA VIHAR, NEW DELHI - 110 028. Phone : 5792540, 5793217.  
(24 Hours) Fax : 5792540. Pager : 9622165469 CHENNAI Phone : 4416810

### வட இந்திய உல்லாச புனித யாத்திரைகள்

இந்தியப் பெருநாட்டில் தரைதரைப் புது நிலவியலுந்து வட இந்தியாவில் முக்கிய சுற்றுலா தலங்களாகும் புன்னியத் தலங்களாகும் பல ஆண்டுமாக அனுபவம் பெற்றவாள் நான் என் காலத்து தொடர் கண்காணிப்பிலும் வழிகாட்டுதலிலும் தனிப்பட்டோருக்கும் குழுக்களுக்கும் சிறப்பான முறையில் சுற்றுலாக்களை குறைந்த செலவிலும் மிகச் சிறந்த வசதிகளோடும் ஏற்பாடு செய்து வருகிறோம். முத்திலும் தமிழ்நாட்டிலேயே நடத்தப்படும் குடி நிறுவனம் எங்கள் "நயிம்ஸர் டிராவல்ஸ்" ஆகும்.

1. டில்லி, ஆக்ரா, ஜைப்பூர், ஹரித்ரவார், ஹிம்கோட், சிம்லா, குத்து, மனாலி, அஸ்ரித், வான பாக் - 11 நாட்கள்
2. பச்சிந்தா, ஜோஷ்தர், ஹரித்ரவார், ரிஷிகேஷ் - 8 நாட்கள் - Group 12 Rs. 2,600/-
3. அக்ரா, புஷ்கர், உதக்ப்பூரி, சித்தோர்கட், தாத்ஷாட், மவுண்ட் அபு, ஜெய்ப்பூர் - 5 நாட்கள்.

மேற்கண்ட டூர்கள் அனைத்தும் இரண்டு வேளை காப்பி, உணவான சித்ரூன்டி மற்றும் இரண்டு வேளை மாது சாயாடு மற்றும் தங்குமிடம் (with bed) உட்பட இந்த டூர்கள் அனைத்தும் (2X2) படிபெக் பக்கலில் நடத்தப்படும்.

NOTE : 1. All the above tours are group tours. 2. Tour No. 2 is also for individuals. We also conduct above tours in Tourist Taxi's. (All India Permit).

Spil. Fixed Rate in Ambassador Car - 1. Agra, Mathura, Fatehpur Sikri - Rs. 2000/-; 2. Agra, Mathura, Jaipur - Rs. 3275/-; 3. Shimla, Manali, Manikaran, Rohtang Pass - Rs. 6200/- (6 days); 4. Haridwar, Rishikesh - Rs. 1850/- with Mussoorie - Rs. 2800/-; 5. Badrinath, Kedarnath - Rs. 7200/- (6 days).

Also contact for Hotel Booking and Holiday Packages in NEPAL.



ன்கள் ஒன்றுக்கடிப் பேசும் போதெல்லாம் பெரும்பாலும் அவர்களுடைய தொழில், ஆபீஸ், உடன் வேலை பார்க்கும் பெண்கள் பற்றிப் பேசுகிறார்கள். தங்களுக்குப் பிடித்த கலை இலக்கியம்

பற்றிப் பேசுகிறார்கள். சினிமா பற்றிப் பேசுகிறார்கள். எதைப் பற்றிப் பேசினாலும் தங்களுடைய இயல்பான பற்றிப் பேசுவதைத் தவிரக்கிறார்கள். தங்கள் உடல்தலக் குறைவுகள் உபாஸைகள் பற்றி அடுத்தவரிடம் கூடுமானவரை கவந்து சொல்வதில்லை. கேள்விப் பட்டவர் யாரும் கேட்டால் கூட "அதெல்லாம் இல்லையே யார் சொன்னது?" என்று மழுப்புகிறார்கள்.

ஆனால் பெண்களின் சத்திப்போயோடுதல வாம் ஒவ்வொருவருடைய உடல்தலம்தான்

வேண்டும்.

பெண்கள் கடத்த பிறகு கவன ஈர்ப்பு என்பதுதான் குழந்தையின் முதல் வாழ்க்கைக் தந்திகோள். இன்னும் சொல்லப் போனால் குழந்தை பசிக்கார அழுவதை விட தாசின் அவ்வுது மற்றவர்களின் கவனத்தைத் தன்பால் இழுத்துப் பிடிக்க அழுவதுதான் அதிகம். அதில் தொடங்கி மற்றவர்களை விட பிறநி யாகமாக இருக்க முயற்சித்தல், அழகாய் எழுதுதல், பாடுதல், ஆடுதல், வேகமாக ஓடுதல், படிப்பில் முதல் மதிப்பெண் எடுத்தல், அதிக முடி வார்த்தல், புதுமாதிரியான கண் அணிதல் என்று முயற்சித்து ஒவ்வொரு சரிப்பட வில்லையென்றால் ஒரே நேரத்தில நூறு கெடுதலடை வரவில்லை என்று புனைத்தல், எப்போதும் மூலக்குதல் மனவலிக்குந்து குறித்தல் என்று ஏதாவது செய்வது எவ்வாறே அடுத்தவர் கவனத்தைத் தன்பால் இழுத்து



**கேரோக்கியமாக இருக்கலாம், தப்பில்லை!**

பிரதான விஷயமாகப் பேசப்படுகிறது. அதைப் பேசக்கையில் அடுத்தவருடைய உடல்தலம் குறித்து அக்கவறவை விடவும் தன்னுடைய உடல்தலம் குறைவு சளைக்குத் தெரிய வேண்டும் என்கிற ஆர்வம் மேலியாவும் திற கிறது. அதிலும் குறிப்பாக மேல் தடுக்கா வர்க்கத்து பெண்களுக்கு நோயே இல்லை யென்றால் அவர்களுடைய லீட்டெட்டஸுக்கு இழுக்கு என்று கூட தகைக்கவருவதாகச் சொல் யார்கள். இந்த அழுத்தமோ, ஷைக்கோ, எச்சவோ ஒன்றுமில்லாவிட்டால் மைக்ரோன் தலைவலியாவதோ இருத்தாக வேண்டும். டாக்டரிடம் போய் அவர் பல்வேறு சோதனைகளுக்குப் பிறகு உங்களுக்கு ஒன்றுமே இல்லையென்று சொன்னால் பெண்கள் மூட ஆவுட ஆகி வீடுதொடர்கள் என்பது டாக்டர் கள் பலரும் ஒப்புக் கொள்ளும் உண்மை. ஏன் இவ்வாறு என்று யோசித்துப் பார்க்க

'தானும் இருக்கிறேன் என்னையும் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்' என்கிற தலிப்பினால்தான். பெண்களைப் பொறுத்தவரையில் தடுத்தா வது தாண்டிய பிறகு தானைய அவங்காரப் படுத்திக் கொள்ளுதல் தங்களை வற்பு விடு கிறது. ஏறி உள்ளவர்கள் கடுமையாக அடிப் பாரக்கோ பிணைகளையோ கவனமுடிக் கொ ள்வவர்களோ என்கிற கவனம் வந்து விடுகிறது. சமூகத்தின் இன்னமும் தலவுத் ஒப்பிற் என்று சொல்லப்படும் வீட்டில் இருக்கும் பெண்களில் பெரும்பாலோருக்கு எழுத்து இலக்கியம், நடனம், பாட்டு போன்ற விஷயங்களில் தம் தலக்திறமை கூட்ட, அணுமதி வழங்கப்படுவதில்லை.

முன்பேயல்லாமல் வெளி உலகம் பற்றி திறைத் தெரிபாடுகின்ற தினை மாதி இப்

**பெ. நாயகி**

## குரு பெயர்ந்தும் சனி மாறியும் உங்களுக்கு மாற்றம் இல்லையா?

உங்கள் ஜாதகம், ஹோரை, எங்கேயும் இல்லாதவை கொண்டு நாங்கள் எங்கள் ஜோதிட கணிதமோத உங்கள் ஜாதகத்தை மூலமியமாக கணித்து உங்கள் விரிதனைக்கு ஏற்ப ராசி கற்களை அணித்து உங்கள் வாழ்வையில் ஏற்படும் பிரச்சனைகளிலிருந்து விடுபடுவதுடன் வெற்றியும் மகிழ்ச்சியும் ஏற்படும்.

வாங்கு சாஸ்திரப்படி வீடுகட்ட வரைபடம் வழங்குகின்றோம். எங்கனிடம் உயர்தர மூன்று, மூன்று ஆபரணங்கள் மற்றும் ஒளிஜினஸ் நவரத்தினங்கள் கிடைக்கும். எங்கள் ஜோதிடர் வாக்கு பலிதம் உன்னவர் எக்பதை அனுபவரீதியாக அறிந்த வாகுக்கையாளர்கள் தங்கள் நண்பர்களை அழைத்து வருவதன் மூலமே சாஸ்திரபிதம்.

தேரில் ஜாதகத்துடன் வருபவர்களுக்கு எந்த ஜாதி கற்கள் அனிய வேண்டும் என்பதற்கு ரூ. 151/- (வெளியூரில் இருப்பவர்கள் கூடுதலாக ரூ. 35/- தபஸ் செலவு) மற்றும் ஐந்து கோவிகளுக்கு பதில் அளிக்கப்படும். வெளிநாட்டில் இருப்பவர்களுக்கு US \$ 10.

உங்கள் ஜாதக நபரின் உங்களுடைய பிரச்சனைகளை எங்களுக்கு எழுதி அத்துடன் D.O.M.O. லை LAKSHMI PEARLS GEMS & JEWELLERY என்று அனுப்பி உங்களுடைய முழுபலன்களையும் பெறலாம்.



## LAKSHMI PEARLS GEMS & JEWELLERY

"ARIHANT VTN Presdency", Shop No. 4, 139, North Uman Road,  
(NEAR PANAGAL PARK SARADA VIDYALAYA SCHOOL)  
T. Nagar, Chennai - 600 017. ☎ 8211263.

ONLINE

## அதிசய ஜோதிடர்!

பொய்யாமொழி ஜோதிட மாத இதழ் செதார்த்தி வருடம் மார்ச்சு மாதம் 15-18-1979 தேதியிட்டு 1-18-1979-ல் வெளிவந்த இதழில் திருமதி. இத்திராகாத்தியின் எதிர்காலம் என்ற தலைப்பில் பாராளுமன்றத் தேர்தலில் 300 இடங்களுக்கு மேல் பெற்று இத்தியாவின் பிரதமர் ஆவார் என்று உறுதியாகவும், திடமாகவும் வெளியிட்டு நம்பித்தாடு இத்திராகாத்தியைச் சரிபார்த்து வரவிய பிரபல ஜோதிடர் தாழ்மைபுடன் வெளியிடும் விண்ணப்பம்.

★ காழ்க்கை, வித்தை, விவாகம், புத்திர பாக்கியம், புகழ், ஆயுள், தெய்வகதி, வீடு, வாகன யோகம், பணம், வருங்காலம், கோர்ட்டு விவகாரங்களில் வெற்றி, காதலில் வெற்றி, உடல்நலம் ஆகியவற்றை தெரிந்துகொள்ளலாம். செல்வினை, ஏவல், பிய்வி, பேய், தூர்மரணம், கெட்ட கனவு, உடல் வலம், கிரகப் பாதிப்புகளில் இருந்துவிவர்த்திபெறலாம்.

★ ஜாதகம் இருந்தாலும் இய்வாவிட்டாலும் 5 கேள்விகளுக்கு ரூ. 50 M.O. மூலம் அனுப்பி தெளிவாகப் பதில் உடல் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

## M. ராஜகுரு

107, N.R.K. ராஜரத்தினம் தெரு, சிவகாசி-626 123. ☎ 25289.

இன்றே அனுருங்கள்!

(காலை மணி 10-00 முதல் மதியம் 2-30 வரை போனில் தொடர்பு கொள்ளலாம்)



போது தொலைக் காட்சி மூலம் அதிகமான விஷயங்கள் வீட்டுப் பெண்களுக்குத் தெரிய வந்த பின், பிஷியாவிலிட்ட கணவன் மற்றும் தனக்குக் கொஞ்சமும் தெரியாத புதிய விஷயங்களைப் படிக்கும் நூற்றாக்களின் மந்திரில் தாழ்வுடைய தன்மை, இருப்பு எதுவுமே உணரப்படாமல் போய் விடுமோ என்கிற பயமே அவர்களுக்குப் புதுபுது பெயர்

அதிகார விபாதிகளைத் திரைத் தொடங்குகிறது. மனம் சம்பந்தப்பட்ட கூடல் உபாலைகள் என்று சொல்லப்படும் Psychosomatic diseases ஆள்களை வீட்டுப் பெண்களுக்கே அதிகம் வருகின்றன. சம்பந்தமில்லாத காரணங்களும் சம்பந்தமில்லாத அறிஞர்களும் சம்பந்தமில்லாத விளைவுகளும் இந்த நோய்களின் இலக்கணங்கள். இவை பெண்களுக்கே அதிகம் வருவதற்கு மேற்சொன்ன காரணங்கள் ஒருபுறமிருக்க, கௌரவமான முறையில் வாருவது கேவலமும் ஆண்காத வளையில் அடுத்தவருடைய கவனம் ஈர்ப்பதற்கு ஒரே வழி நோயாளி ஆகி விடுவதுதான் என்கிற எண்ணம் அவர்களையும் அதியர்மல் அவர்களின் ஆழ்மனத்தில் திட்டமிட்ட சிசுமய (புரோகிராம்) ஆகி விட்டது.

"என்னதுன்னோ தெரியாமை, ஏகப்பட்ட டாக்டர்கள், காண்பிச்சாச்சு, யாருக்கும் பிடிபட மாட்டேய்ந்து" என்று புலம்பலாகச் சொல்லிக் கொள்வதில் பெண்ணின் ஆழ்மனம் எவ்வளவு கர்வமாக உணரும் என்பது அவர்களுக்குத் தெரிய வாய்ப்பில்லை.

இவ்வாறு பெண்கள் வலிய நோய் வாய்ப்பு ஒரு தந்தைவுக்கும் கவன ஈர்ப்பு நோக்கம் மட்டுமல்ல காரணம். இவர்களுக்கே ஏற்படுத்திக் கொள்கிற இன்மொரு பிரச்சனையும் உள்ளது இருமனமான புதிதில் பெண் களை



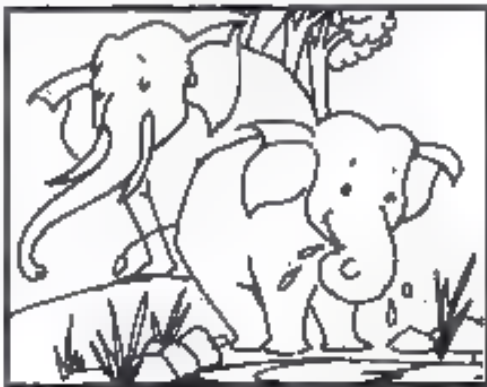
வண்ண சிம்மம் வலுந் பக்கமே வர விடுவதில்லை. காலையில் காப்பி அல்லதுடைய படுக்கைக்கு போவதும், காப்பி குடித்த தம் னரைக் கூட அவன் அங்கேயே மலப்பதும், கணவன் தன் உடனமைக்கக் கண்ட இடத்திலும் போடுவதன் மனவழி தேடித் தேடி, ஒருநாடுபடுத்தி வைப்பதும், கணவனுக்கு 'சீலிக்கும் உப்புகும் கூட வித்தியாசம்' கண்டு

போட்டுக் கொள்ளத் தெரியாது' என்பதைப் பெருமையாக நினைவிருந்தும் போக்கும் வாழ்க்கையின் ஆரோக்கியமான போக்கே அல்ல. ஆனால் படிப்பு அந்தஸ்து வித்தியாசமின்றி பெரும்பாலான பெண்கள் இப்போக்கினை வளர்க்கிறார்கள்.

இது ஆரம்ப காலங்களில் பெண்ணுக்கு மிகவும் போதை நுயல் விஷயமாக இருக்கும். 'ஒரு நிமிஷம் தான் இல்லைன்னா வீடு தள்ளித்தான். அவருக்கு ஒன்றுமே தெரியாது' என்று சொல்லிக் கொள்வதில் பெருமை இருக்கும். ஆனால் இம்மாதிரியான ஆரம்பக் காலங்களில் முகிசித்தவம் வாய்ந்தவராக தவிர்க்க இயலாதவராக ஆகிக் கொள்கிற செயல் தற்கொலைக்குச் சமமானது என்று புரிய வருகிற போது அதிலிருந்து மீள்வதற்கான காலம் கூடக் கிடைத்து விட்டிருக்கும்.

இருமனமானிக் கொஞ்ச தூட்டாளுக்குப் பின் தங்கையின் அல்லது தம்பியின் திருமண ஏற்பாடுகளுக்காகத் தாய் வீடு போவதற்கான தேவை ஏற்படும் போது, "இப்போ விட்டால்

நான் சாப்பாட்டுக்கு என்ன செய்வேன்? சரி பரவாடில்லை. ஓட்டலில் பார்த்துக் கொள் இதேன்" என்று போஸிப் பெருத்தன்மை காட்டி கணவன் அனுப்பி வைத்தாலும் அவர் பாவம், அவர் பாவம் என்கிற குற்ற உணர்வின் உறுத்தலுடனேயே போன இடத்தில் இருக்க முடிகிற நிலையும்,



சில வகுடங்களுக்குப் பிறகு இந்த மாதிரி பாண குழந்தைகளில், "என்ன கிளம்பியாச்சா? கிண்டலா? உனக்குக் கொஞ்சமாவது பொறுப்புணர்வு. ஆம்பலையும் பின்னாலுமே கட்டப் படுமே என்றி அக்கறை இருந்தால் தான் போகட்டுமா என்று கேட்கத் தோன்றி யிருக்குமா?" என்கிற பாணிலில் பதில் வரவதும்.

இன்னும் அதிக வகுடங்கள் கடத்தித் தால் திறுமாவே உடலோ மனமோ சரியில்லாமல் இருந்து சமைக்க முடியவில்லை. இன்று மட்டும் ஒட்டலில் பார்த்துக் கொள்ளலாம் என்று முடிவு செய்வதால் கூட, "ஒட்டல் சாப்பாடீ ஒத்துக்க மாட்டேங்குது நீ பார்த்து ஒரு ரசம் பருப்புத துவைவுய் அபபணம்னு சிம்பிளா செஞ்சா கூடப் போதும் முடிய வல்லவா விட்டுடு வெறும் தண்ணி குடிச் சிட்டுப் படுத்துக்கறேன். ஒருவேளை சாப்பிட வல்லவா செத்தா போயிடுவேன்" என்று அமைதியான குரலில் எமோஷனல் பிளாக் மெயில் செய்பவரும் சட்டங்களுமே எப்படி உருவாகின்றன! ஆரம்பக் காலங்களில் பெண் களை ஏற்படுத்திக் கொள்கிற பிரச்சனைதான் காரணம்!

ஆனால் இவற்றின் பின்விளைவுகள் என்னவாக வெடிக்கின்றன என்று குடும்பத் தின் மற்ற அங்கத்தினர்கள் உணர்விறார்களா, தெரியவில்லை புண்பட்டுப் புண்பட்டுப் புண்போடிப் போகின்ற பெண் மனத்தில் தனக்கு திறுமாவே தோவு வந்தால்தான் வீடுதள்ள என்றிற ஏக்கம் வந்து விடுகிறது பல்வேறு சமயங்களில் திறுமாவே தன உடல்தவக் குறைவுகளை அவள வெளிக் காட்டுவதில்லை. தோய்களை மற்ற விடுவதற் குத் தயாராகிறாள். "தான் போனாத்தான் தெரியும் உங்களுக்குக்கெல்லாம் எவ்வளவு சேழியுள்ளது" என்று தாற்புது வயதுக்கு மேல் புலம்பாத பெண்கள் மிகவும் அரிது.

அந்தப் புலம்பாலை வீடுகளில் சாதாரண மாக எடுத்துக் கொண்டு சிரித்து கேலி செய்கு

மழுப்புகிறார்கள். மிகப் பெரிய தவறாகும் இதைச் செயல் அந்த வாக்கியத்தின் பின்னணி யில் உள்ள திறுமான வலையை எவ்வளவுதான் உணர வேண்டும் ஏனென்றால் பெண்மை வானரவும் தவிக்க விட்டுப் பார்க்கின்ற இயல் புடைபதலம். தான் துன்பமேற்க நேர்ந்தாலும் மற்றவர் துன்பமிருக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் பெண்மையில் கம்பு நாடி.

தில்லம் எகவிலை என்பவருடைய கவிதை ஒன்று உண்டு :

'என தாயைத் தேன் கொட்டிய அந்த இரவு

எனக்கு தந்தாக நினைவிற்குகிறது.

அவ்வளவு துடித்தான். தந்தை, பச்சிலை மூலிகை பவுடர் வாவும் தேயுத்தார் வெண்மொழுகை வைத்துத் திக்குச்சியால் கொளுத்தினார்

இருபது மணி நேரம் கழித்துத்தான் எடுப்பு குறைத்தது

'தல்வபெண்ணே தேன என குழந்தைகளைக் கொட்டாமல் என்னைக் கொட்டியதே' என்று மட்டும் சொன்னான் என தாய்'

இப்படிப்பட்ட புடம் போட்ட தங்க இலக்புள்ள பெண்ணுக்குள் வாழ்க்கையே வெறுத்துப் போகின்ற சரிப்பும் அனுப்பும் ஏற்பட விடுவது குடும்பத்தின் மற்ற அங்கத்தினர்களின் பொறுப்பின்மைக்குச் சான்று வகித்துப் பரி. உடற்பரி போலவே மணப்பெரிய (Rachanthon Huang) முக்கியமான ஒன்று என்பதை வாவும் உணர் வேண்டும். 'அம்மா இன்னிக்கு நீ அழகா இருக்கே' 'உன சாப்பாடு ரொம்பப் பிரமாதம்' அம்மா உன ஆசிரவாதம் நான் இந்த டெஸ்டில் பாஸ் பண்ணிட்டேன்' என்பது போன்ற சிவனச் சின்ன வார்த்தைகள் அன்போடு சொல்லப் படலால் விட்டது பெண்களுக்கு விண்ணுலகமே கிடைத்து விட்ட சந்தோஷம் கிடைக் கிறது அது கூட மறுக்கப்படுவது சொன்னம் அல்லவா!

மற்றவர்களின் அலட்சியப் போக்கு

பாகற்காணாய்க் கழுவி வட்ட வில்லைகளைக் அரியவும். அதில் உப்பு, மஞ்சள் தூள் தூவி வைக்கவும். பத்து நிமிடங்களில் பாகற்காயும், தண்ணீருமே இருக்கும். அத் தண்ணீரில் மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம், அரிசி மாவு, சிறிது உப்பு சேர்த்து கெட்டியாகக் கரைக்கவும்.

பாகல் வில்லைகளை மாவில் தேய்க்கவும் வானலி யில் எண்ணெய் ஊற்றிக் காய்த்ததும், வில்லைகளைப் போட்டுப் பொன்னிறமாகப் பொரிக்கவும். அனைவரும் விரும்புவன.



— வெண்கா

\*  $\frac{1}{2} \times 100 = 50\%$  : 50% of the population is under 18 years of age.

முனைக் கிரைபை உப்புப் போட்டு  
வேகவைத்து, தேங்காய், பச்சை  
மிளகாய் ஆரைத்துக் கலத்து, 2  
கரண்டி புளிக்காத தயிர் விட்டு, கடுகு  
தாளித்தால் கிரைப் பச்சடி அமீர்தம்.

- ஆர். பார்வதி



ஒருபுறமிருக்க பெண்களும் ஒரு விஷயத்தை  
உணர வேண்டும். உயிரியலிலிருந்து சங்கப்  
பாடல்கள் வரையில் எல்லாவற்றிலும் சான்று  
இருக்கிறது. பெண்ணுக்காக ஆணினம் தாய்  
கத் தயாராகவே இருக்கிறது என்று  
காட்டுவதற்கு.

**முடியடிக்க கலந்தால் கலக்கிய**

**சின்னினாப்**

**பிடிபட்டப் பின்னாண்டால் கலிது**

கொஞ்சமாய் இருக்கும் நீரினை முதலில்  
பெண் யானையைக் குடிக்க விட்டு அப்புறம்  
தான் குடிக்கிறதாம் ஆண் யானை!

**இன்னிழல் இன்னையால் வருந்திய**

**மடப்பிணைக்குறி**

தன்னிழையைக் கொடுத்த தனக்கும் கலை  
வெளிவீல் வாடும பெண்மாளளைத் தன்  
நிழலில் நிற்க வைக்கிறதாம் ஆண் மால்!

இப்படி. மற்ற உயிரினங்கள் இருக்க மனித  
இனத்தில் மட்டும் ஆண் இனம் அரசுக்  
இனமாய் இருக்க வாய்ப்பில்லை அல்லவா?  
பெண் தன் தேவைகளையும், இயலாளம்  
களையும் சரிவர வெளிப்படுத்தாது புழுவ்கு  
வதும், தன்னைப் பற்றிப் பொய்யான  
இமேனது ஏற்படுத்திக் கொண்டு பிறகு  
அதனை மாற்றிக் கொள்ளத் தயங்குவதும்  
அவற்றையெல்லாம் ஆண் புரிந்து கொண்டு  
செயல்பட வேண்டும் என்கிற எதிர்பார்ப்பின்  
நியாயம் ஒருபுறம் இருக்க இத்தக் கண்ணா  
மூச்சி விளையாட்டில் மனித ஆரோக்கியமும்  
குடும்ப ஆரோக்கியமும் பலியாக விடுவது  
தவறல்லவா!

இன்னும் மிகச் சில குடும்பங்கள் தவிர  
பலவற்றில் ஆண் சமையல் செய்வதைத்  
தாங்கிக் கொள்ள முடியாதவர்கள் இருக்  
கிறார்கள். என்னைக் கேட்டால் வேலைக்குப்  
போகும் பெண் சமையல் தெரியாத ஆணை  
மணப்படுத்திவைத்து அவர்களுடைய சந்தோஷத்  
தின் வாழ்நாளையோ அல்லது அத்தப்  
பெண்ணின் வாழ்நாளையோ குறைக்கின்ற  
கொடிய விஷம் என்பதில் ஐயமில்லை.

குழந்தைக்கு வலிக்கும் என்பதற்காக

தடுப்புகள் போடாதிருப்பதற்கும் பின்னை  
கள் படிக்கக் கஷ்டப்படுமே என்பதற்காக  
பள்ளிக்கே அனுப்பாமல் இருப்பதற்கும்  
ஒப்பாண செயல் களைவாணையோ ஆண்  
பின்னைகளையோ சமையலையே பக்கம் வர்  
விடாமல் தடுப்பது. அதற்குப் பெயர் அன்பு  
அல்ல. அவர்களுடைய எதிர்காலத்தை  
ஏளவு இருவில் வைக்க நினைக்கும் சதி  
போன்றது இச் செயல்.

இவ்வளவு ஏன், விதவை மறுமணத்தைப்  
பற்றி அக்கவறுபுடன் சிந்திக்காத சமூகம்,  
மனைவி இறந்த மறு மாதமே ஆணுக்கு  
இன்னொரு கல்யாணம் செய்து வைப்பது  
பற்றிப் பேசுகிறது என்று ஒட்டுமொத்தமாகக்  
குற்றம் சாட்டப்படுகிறதே -அந்த ஆடித்தளம்  
போடுவதே பெண்களுடைய இத்தக் செயல்  
தான் ஆண் மறுமணத்திற்குச் சாமதிகக்  
வேண்டிய சூழ்நிலை உருவாவது பெரும்  
மாலும் உணராத தேவைகளுக்காகவும், குடும்ப  
நிர்வாகம் மற்றும் குழந்தை வளர்ப்புக்காகவும்  
தான் காரணம் அவனுக்குத் தாய் என்கிற  
பெண்ணும் சரி, மனைவி என்கின்ற பெண்  
னும் சரி இத்த மூன்று விஷயங்களையும்  
சொல்லிக் கொடுத்ததே இவ்வலை.

ஒரு காலகட்டம் வரை வீட்டை விட்டு  
பெண் வெளியே போகக் கூடாது. நானதான்  
சம்பாதிப்பேன் வெலி வேலை சகலமும்  
நானதான் செய்வேன் என்று கொண்டிருந்த  
நிலையைப் படிப்படியாக மாற்றிக் கொண்டு  
எனக்கு ஏதாவது ஒன்றாகி விட்டால் நீயும்  
தெரிந்து கொள் என்று அக்கறை காட்டுவது  
போல் மார்க்கெட்டில் தொடங்கி ரேஷன்  
கடை, எலக்ட்ரிக் மில், பாய்க், பின்னைகளின்  
பள்ளித் தொடர்புகள் என்று பெண்ணைக்  
கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உபயோகப்படுத்திக்  
கொள்ளத் தொடங்கவில்லையா ஆண்?

ஆணுக்குச் சமமாக நாங்கலும் எல்லாம்  
செய்ய முடியும் என்று கொடிக்கும் முன்  
முதலில் பெண்ணுக்குச் சமமாக ஆணையும்  
குடும்பத்தாருக்குக் கொள்ளுங்கள் அது இரு  
வருடைய ஆரோக்கியத்துக்கும் தல்ல  
தல்லவா!



**SJN OFFERS AT NORTH ADAYAVALANJAN, SRIKANGAM - THE ECOLOGICAL VAIGUNDAM - THE ABODE OF HIGHEST PEACE**

## ADITHYAA RESIDENTIAL FLATS

**FEW FLATS  
READY  
FOR  
OCCUPATION**



**Finance  
arranged at  
Minimum  
Interest**

**SINGLE - 2 NOS., DOUBLE - 3 NOS., TRIPLE - 2 NOS. ONLY IN SECOND FLOOR**

### SALIENT FEATURES

- ★ On initial payment of 50% of the cost, The Flat is yours.
- ★ Loan facilities arranged for balance amount free of guarantee.
- ★ Payment of regular monthly instalment instead of Rent.
- ★ Designed to suit your Budget. Clear Title.
- ★ DTP Approved No.27992/97 B A2. Site extent 45000Sqt.
- ★ Formed in 14 Blocks. Ground + Two Floor only.
- ★ Plinth sizes 525 Sqft to 1088 Sqft.
- ★ Designed with all modern amenities.
- ★ Located at Lotus feet of Lord Ranganatha.
- ★ Close to all human requirements.

### AVAIL THE OPPORTUNITY

For further  
details contact

**SJN CONSTRUCTION PVT. LTD.**

No.4, North Adayavalanjan, Trichy-6. Ph: 0431-Off: 430405, Res: 462365

**Flats available in G.Floor & E.Floor in our II phase. Just commenced.**

## ADITHYAA RESIDENTIAL FLATS

**FEW FLATS  
READY  
FOR  
OCCUPATION**



**Finance  
arranged at  
Minimum  
Interest**

**SINGLE - 2 NOS., DOUBLE - 3 NOS., TRIPLE - 2 NOS. ONLY IN SECOND FLOOR**

### SALIENT FEATURES

- ★ On initial payment of 50% of the cost, The Flat is yours.
- ★ Loan facilities arranged for balance amount free of guarantee.
- ★ Payment of regular monthly instalment instead of Rent.
- ★ Designed to suit your Budget. Clear Title.
- ★ DTP Approved No.27992/97 B A2. Site extent 45000Sqt.
- ★ Formed in 14 Blocks. Ground + Two Floor only.
- ★ Plinth sizes 525 Sqft to 1088 Sqft.
- ★ Designed with all modern amenities.
- ★ Located at Lotus feet of Lord Ranganatha.
- ★ Close to all human requirements.

### AVAIL THE OPPORTUNITY

For further  
details contact

**SJN CONSTRUCTION PVT. LTD.**

No.4, North Adayavalanjan, Trichy-6. Ph: 0431-Off: 430405, Res: 462365

**Flats available in G.Floor & E.Floor in our II phase. Just commenced.**

வேங்கடேஸ்வரர் துறை

ஜெயபதி விஜயம்

குருதகவேந்திராயதம்.

### 9 நாட்கள் கொண்ட ஆந்திர மாநில தேர்தல் வாத்தியம்

சென்னையில் இருந்து 37.98 இரவு 10 மணிக்கு கல்கத்தா பல மூலம் வாத்தியம்.

தெலுதா - விஜயவாடா - மங்களகிரி - அண்ணாவதம் - சிம்மாசலம் - முச்சூர்மம் - திராவிட  
பாடம் - பெருகண்டா - கோலம் - கருகந்திரி - பச்சிரகண்டம் - பச்சிரகண்டம் - பச்சிரகண்டம்

# செ

ன்ற வருடம் திருவனந்தபுரம் மெயிலில் எர்ணாகுளம் போளேன். திருச் சூர் ஸ்டேஷனில் இருவர் அண்டி பருப்பு என்று குரல் கொடுத்தார்கள். தூக்கம் சரிவர இல்லாததால் குரல் கேட்டவுடன் எழுந்து விட்டேன். ஒரு ஆள் இரண்டு பாக்கெட் மட்டும் வைத்திருந்தான். அவனிடம் வினை கேட்டேன் ரூ. 75/- அரை கிலோ பாக்கெட் என்றான். கொஞ்சி விட்டு நகரவே இல்லை. ஒரு சான்ஸ் இரண்டு பாக்கெட்டும் ரூ. 100/- தரு வியா என்று கேட்டேன். கொஞ்சம் யோசித்து விட்டு 2 பாக்கெட்டை ரூ. 100/- வாங்கிக் கொண்டு என் கையில் கொடுத்து விட்டு ஓடிவிட்டான்.

எர்ணாகுளத்தில் உறவினர் வீட்டில் பாக்கெட்டை வெளியில் எடுக்கவே இல்லை. ஒருவேளை பார்த்தால் அவங்களுக்கும் கொடுக்கும்படி இருக்குமென்று நினைத்தேன். 2 நாளில் போரால் திரும்பி விட்டேன். வந்ததும் வராதுமா வாங்கின பாக்கெட்டை ஒரு அலுமினிய டப்பாவில் வைத்து மேலே வைத்து விட்டேன். என் வீட்டுக்காரர் சூழந்தைக்குத் தெரிந்தால் 2 பாக்கெட்டும் அடுத்த மனையில் காலியாகி விடும். சரமர்த்தியமாக வாங்கி விட்டோம், சென்னையில் ஒரு கிலோ 200 - 400 வரை விற்கிறது. ரூ. 100/-க்கு எவன் கொடுக்கிறான் என்ற சந்தேகம்தான் தனி.

இப்போது நான் தமிழ்நாடு சரி கேசரி செய்யலாம் என்று எண்ணினேன். கேசரிக்கு வேண்டிய சாமான்களை ரொடி பண்ணிவிட்டு அது

## இரவில் பஸ், ரயில்வே ஸ்டேஷனில் எதுவும் வாங்காதீர்கள்!

வினிய டப்பாவை எடுத்தேன். இறந்தேன்.

ஒரே புழு. இரண்டு பாக்கெட்டையும் எடுத்துப்

பார்த்தேன். அனேகமாக புழுவை பிளாஸ்டிக் கலரில் அடிச்சே கொடுத்திருக்கிறான்! ரத்தினி வேளை ஒன்றும் புரியல்லை. ஏமாற்றி விட்டார்களே! பஸ் என்று என்னி அப்படியே பின்புறமுள்ள குப்பைக் குழியில் போட்டு மூடினேன். அந்த நேரத்தில் வீட்டுக்காரர் சூழந்தைகள் வராத வரை சந்திப்பேன். இரவு வேளையில் வினை மலிவு என்று வாங்கியதில் ஏற்பட்ட கஷ்டம், மனக்கஷ்டம் ரொம்ப நாளைக்கு மனத்தில் இருத் தது. பிறகு மறந்தும் போச்சு.

அப்பறம் இதை விசாரித்தேன். கேரளாவில் பல இடங்களில் அண்டி பருப்பு பாக்டரி உண்டாம். வீணாகிப் போனவற்றை வெளியில் கொட்டுவார்களாம். நம் ஊரிலே குப்பை பொறுக்கு கிறவன் தெருத் தெருவாக வருவது மாஜிரி பாக்டரியைச் சுற்றி ஒரு கும்பலாம். அவர்கள் அந்த சேதாரத்தை எடுத்து வந்து சுத்தப்படுத்தி பாஸ்தீன் பாக்கெட்டில் போட்டு சீல் பண்ணி ரத்தினி வேளை ரயில் பஸ் ஸ்டாண்டில் வியாபாரம் செய் கிறார்கள்.

மங்கையர் மலர் வாசகர்களே மிகவும் ஐக்கிரதை. இரவு வேளையில் ரயில்வே ஸ்டேஷன் பஸ் ஸ்டாண்டில் எதுவும் வாங்காதீர்கள். வினை மலிவு என்று முழுவதும் நஷ்டமடை வதை விட சரியான வினை கொடுத்துக் கடைகளில் வாங்குவதே மேல்.

— மாண வாகதேவன்.



country garden



Discover the international floral delights from Yardley's luxury perfumed Talc Collection. Each with a distinctive, lingering perfume that's very English. And very Yardley.

YARDLEY OF LONDON

International Quality Perfumes • Cosmetics • After Shaves • Perfumed Toiletries

**அதிக ஆற்றல், கையாள் எனிது மற்றும் மிகச் சிறந்தது எதுவோ ?**



அதை அளிக்கிறோம்  
புதிதான வடிவில்  
உதை புகழ்பெற்ற இரண்டு  
சனப்படைகள் சாதனங்கள்



**ஆட்டோ-மேஷப் பிளம்**

- **பிரபஞ்சிதர (15) வினா**  
**கேள்விய்தான்**
- **உ.நா.நா.வ. இ.இ. நூலியல் படிப்பதில்**  
**கவனக்குறியானது**
- **உலகின் மிகப்பெரிய நகரம்**

புதிதாகப் பதிவிறக்கம் செய்து

- சிவனோடு சேர்த்துக் கொள்ளுமாறு அழைப்பது
- சிவனோடு அன்புக்கு வரின் -  
ஒரு விஷ்ணுவாகியே வேஷத்தோடு வர்ப்பி
- கந்தையுள்ளவர் வர்ப்பின் திறந்து எடுக்க  
வர்ப்பின் வித்திலேயே அன்புக்கு இடம்.  
வர்ப்பின் கருவியே மனதின் கருவியே.

National Panasonic

இவ்வாறு தோல் சொல்புழைந்துள்ள பார்வையிலிருந்து  
நின்போ டாக்கஸிபர் அபகாரத்தினால் கம்பெனியிலிருந்து

К. 2 жана м.к. Сырдык Сыр, донордун жаш, жанагында, Сырдык - (10) (3)1. Сырдык (2) (2)2

[illegible]

കുടുംബ ക്ഷേമ വകുപ്പ്, ഗവൺമെന്റ് ഹൗസ് 575 5733







# கீண்டும் நிற்க உதவுகிறார்!

“விபத்தாலோ இயற்கையாலோ

எனக் கால் உண்டாவதி.

கல்தப்படுகிறவர்களை நினைத்துக் கொள்ளும் கனக்கொது. ஆவர்களுக்கும் வரமு வேண்டுமே. தான் இழந்த உறுப்புகள் செயற்கையாகக் கிடைக்குமா என்று தெரிவிப்பார்கள். இங்கிலாந்து, அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் நவீன தொழில்நுட்பத்திய உருவாக்கப்படுக செயற்கைக் கால்கள், கைகள் இருக்கின்றன. அவைகள் நன்றாக உதவுகின்றன. ஆனால் அதனை வாங்கிப் பொருத்த வேண்டுமானால் வெளிநாட்டுக்குச் செல்ல வேண்டும். பயணச் செலவு, அளவச்சல் மட்டுமின்றி அதிக விலையும்கொடுக்க வேண்டியது உள்ளது.

நம் நாட்டில் உள்ள எத்தனை பேரால் வெளிநாட்டுக்குச் சென்று செயற்கை கால்கள் வாங்கிப் பொருத்த முடியும்? அதனால்தான் நமது நாட்டு மூலப் பொருட்களையும் வெளிநாட்டுத் தொழில்நுட்பத்தையும் பயன்படுத்தி சென்னையிலே நவீன செயற்கை கால்களை வடிவமைத்தோம். இந்தியாவில் முதன் முறையாக அந்தத் தொழில்நுட்ப முறையைப் பயன்படுத்தி வெற்றி கண்டிருக்கிறோம். இதன் விலை வெளிநாட்டுடோடு ஒப்பிடும் போது மிகக் குறைவு” என்பதற்கு ஜி. கிருஷ்ணன்.

இவருக்கு செயற்கைக் கால்கள் தயாரித்துப் பொருத்தும் துறையில் முப்பது வருட அனுபவம். முறைப்படி



காலையில் (தொ. 8.30 AM) நடத்தி வருகிறார்.

இந்தத் துறையில் அவருக்கு ஏற்பட்ட ஈடுபாடு. வளர்ச்சி, வெளிநாட்டு நவீன தொழில்நுட்பத்தை



இந்தத் துறையில் கல்வி கற்று, சென்னை பொது மருத்துவமனையில் இருந்த, “ஆர்டிபீஷியல் லீம்ப் சென்டரில்” ஐந்து ஆண்டுகள் பணிபுரிந்தார். பின்பு மத்திய அரசின் “ஆர்டிபீஷியல் லீம்ப்” மேலாண்மைக் கார்ப்பரேஷன் ஆப் இந்தியா” அமைப்பில் “இன்ஸ்பெக்டர்” பதவி வகித்தார். மலேசியாவிலும் சிறப்பும் பயிற்சி பெற்றுள்ளார்.

இத் துறையில் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு வந்ததன் காரணமாக, மத்திய அரசின் திட்டத்தின் கீழ் கணினிமூலத்தோடு இலவசமாக வழங்கப்படும் செயற்கை கால் மூலமாக “காலிபர்” கருவிகளை தயாரித்து இந்தியாவிலே அதிகமாக கணினிமூலத்தோடு வழங்கியவர் என்ற சாதனையைப் படைத்திருக்கிறார். அவரது சாதனை தமிழ்நாட்டுக்குப் பெருமை சேர்த்தது. அதற்குரிய விருதும் கிடைத்தது.

தற்போது இந்த அனுபவங்களின் அடிப்படையில் மேல்களை ஆர்த்தோட்டிக்ஸ் - பிராஸ்தோட்டிக்ஸ் என்ற செயற்கை உறுப்புகள் தயாரிப்பு நிறுவனத்தை சென்னை ஜி.எம். பஸ் நிலையம் அருகில் 154, எம்.டி.எச்.

பயன்படுத்திய விதம் போன்றவைகளைப் பற்றி தி. கிருஷ்ணன் விளக்குகிறார்...

"இப்போது விபத்துக்கள் பெருகி வருகின்றது. முன்பு எப்போதும் இவ்வாத அளவுக்கு தற்போது பெண்களும் இரு சக்கர வாகனங்களின் பயன்படுத்துகிறார்கள். எந்த சாஸனமில் பார்த்தாலும் வாகனங்கள் உரசிக் கொண்டுதான் செல்கின்றன.

சாஸன விபத்துக்களில் பாதிக்கப்படுகிறவர்களில் பெரும்பாலானவர்கள் கால்களைத்தான் இழக்கிறார்கள்.

நான் சொன்ன பொது மருத்துவமனையில் பணிபுரிந்த போது செயற்கை கால் பொருத்த வருகிறவர்கள் அதற்காக பல நாட்கள் காத்திருக்கக்கூடிய நிலை இருந்தது. அவர்கள் படும ஆஸ்பத்திரி உணர்ந்து சேவை மணப்பாளனையில் ஏதாவது செய்க முடியுமா என்று யோசித்தேன். பின்பு ஒரிசா மாநிலத்திற்குப் பணிவதற்குச் சென்றேன்.

ஒருமுறை நான் விடுமுறைக்கு சென்னை திரும்பிய போது, இத்தியாவின் தலைநகரான ஹும்பி முறிவுத் துறை நியூயார்க் டாக்டர் ஏம். நடராஜன் வழங்கிய ஆலோசனையின் பேரில், இந்த நியுவைத்தைத் தொடங்கியேன்.

ஏற்கெனவே செயற்கைக் கால்கள் நம் நாட்டில் தயாராகிக் கொண்டுதான் இருந்தது. ஆனால் கனம் அதிகம். சௌகரியம் குறைந்ததாகவும் இருந்தது. பணம் அதிகம் இருந்தவர்களால் கூட. நவீன செயற்கைக் கால்களை இத்தியாவில் பெற முடியவில்லை. அதற்காக

வெளிநாடுகளுக்குச் சென்றனர்.

செயற்கைக் கால்களைப் பொறுத்தவரையில் இங்கிலாந்தில் உள்ள 'என்டோஸைட்' ரகமே சிறந்ததாக இருந்தது. அங்கு போய் அதனை பொருத்த வேண்டுமானால் படிவம் செலவு மற்றும் அலகச்சல் மட்டுமின்றி ஒரு செயற்கை காலுக்கு முட்டிக்கூட கிழி நாற்பதாயிரம் கொடுக்க வேண்டியிருந்தது.

அதே நேரத்தே இங்கேயுள்ள ஏழைகளுக்கும் தாவேவாடும் என்ற நோக்கத்தில் ஐந்து வருடங்களுக்கு முன்பே இங்கிலாந்தில் உள்ள தொழில்நுட்ப வல்லுனர்களான இங்கே வரவழைத்தேன். அவர் என் திறமையத்தில் உள்ளவர்களுக்குப் பயிற்சி கொடுத்தார். அதன் மூலம் வெளிநாட்டுத் தொழில்நுட்பம் நமக்குக் கிடைத்தது. இத்தியாவிலே முதல் முறையாக வெளிநாட்டுத் தர செயற்கைக் கால்களைச் சென்னைப்பிலே உருவாக்கி வழங்கி வந்தேன். மணக்காரர்களால் ம. ருமே வரங்க முடிவும் என்று கருதப்பட்டு வெளிநாட்டு செயற்கைக் கால் இத்தியாவில் உள்ள சராசரி மனிதன் கூட வரங்கவார என்ற நிலையை உருவாக்கி விட்டேன்" என்கிறார் பெருமித்தோடு.

"பொதுவாக என்ன மாதிரியான பொருட்கள் இதற்குப் பயன்படுகிறது?"

"'காகக்' எனப்படும் (இயற்கை காலும் செயற்கை காலும் இவையொர) பகுதி வெளிநாட்டில் பாஸ்பாப்ளியில் தயாரிக்கிறார்கள். நாமும் அதே மூலம் பொருளில் தயாரிக்கிறோம். மாதந்தை அவர்கள் 'பாஸ்பாப்ளியில்' தயாரிக்கிறார்கள். நாமும் அதே பொருளில்தான் தயாரிக்கிறோம்.

புலாவ், பிரியாணி

போன்றவை பொல பொலவென வடிவேண்டும் என்றால், புலாவ்அரிசியை கொதிக்கும் வெந்நீரில் ஒரு திமிடம் போட்டு எடுத்து விட்டு பின் புலாவ் செய்ய குழையாமல் பொலபொலவென வரும்.

- அஞ்சலி





# உடனே வேலை பெற

நேரிலும் தபாலிலும்

## ஒவிய ஆசிரியர் பயிற்சி

வரும் நவம்பரில் தமிழ்நாடு அரசுத் தொழில் நுட்பத் (ஒவியம்) தேர்வு எழுதி நீங்களும் ஒவிய ஆசிரியர் ஆகலாம். கல்வித் தகுதி: SSLC, +2, தேறிய, தவறிய ஆண்கள், பெண்கள். போட்டியில்லாத வேலை வாய்ப்பு, அரசுப் பள்ளிகளிலும், தனியார் பள்ளிகளிலும் பணியாற்றலாம். அடிப்படைச் சம்பளம் ரூ.4,000 + இதர படிக்கச் சேர்த்து ரூ.5,300/- வரை மாதச் சம்பளம். எளிமையான பயிற்சி, வெற்றி நிச்சயம். குறைந்த பயிற்சிக் கட்டணம், வீட்டில் இருந்தபடியே தபால் மூலம் படிக்கலாம். நேர்முகப் பயிற்சியும் உண்டு.



விவரப் புத்தகம் இலவசம்

### AJANTHA SCHOOL OF ARTS

(Govt. Regd. No. 1075/89/MS/RD)

6, Muthu Nagar, (Near Sundar Thirumana Mandapam)  
POONAMALLEE, MADRAS - 600 056.

## காது கேட்கும் சக்தி குறைந்து வருகிறதா?



விஞ்ஞானத்தின் துணை கொண்டு பிடிப்புகள் உங்களுக்கு உதவுகிறது.

• சர்வதேச புது வாய்த்த 'ஸ்கான் ஹீயர்' (ஜெர்மனி, அமெரிக்கா தயாரிப்புகள்) மிகச் சிறிய அளவிலான காதுக்குள் பொருத்திக் கொள்ளும் கருவிகள் • கம்பியூட்டர் மூலம் உங்களுக்கென்றே கணிக்கப்பட்ட துணை காது கருவிகள் • உலகிலேயே மிகச் சிறிய பாக்கெட் மாடல்கள் • காதுக்குப் பின்புறம் பொருத்திக் கொள்ளும் B.T.E. மாடல்கள்

20 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக வாய்க்காலவாசல்களின் துயில்கைகள் செயல்படும் ஒளி திறவன்

### ஹியரிங் எய்ட் சென்டர்

SINCE 1980

16, கோடம்பக்கம் தெருஞ்சாலை, கோவேலு டவுன், சென்னை - 600 034 தொலைபேசி எண்கள் : 8278945, 8273273.

வார நாட்களில் காலை 10.00 மணி முதல் மாலை 7.00 மணி வரை ஐந்தாவது விடுமுறை.

பெரியகூறு - 3443888 / 6672493 குதாபுரம் - 7667400 சென்னை - 437791

WELCOME TO BETTER HEARING



சென்ற மாத இதழில் 'சீடை' வெடிக்காமலிருக்க ஒரு சகோதரர் யோசனைகள் பலனுள்ளதாக எழுதியிருந்தார். சமையலறைவை 'பொக்கா' எனக் மாற்றாமலிருக்க ஒரு சிறு சுதமான சுக்கஞ்சரி (அல்லது கம்பி) போதும்!

சகோதரர் தெரிவித்த குறிப்புக்களோடு, சீடை உருட்டும்போதே, ஒரு சுக்கஞ்சரியை அதில் ஒரு துளை (பாசிமணியில் உள்ளது போல) போட்டு விடுங்கள், போதும்! வெடிக்கவே வெடிக்காது.

ஒரு சீடை பாக்கிசீயில்லாமல் துளை போட்டு விட வேண்டும் என்பதே மிகவும் முக்கியம்.

- எஸ். பட்டம்மா



'ஸ்கெஸ்ட்டன்' பகுதியை வெளிநாட்டில் 'கார்பஸ் ஸ்பாராக்' வடிவமைக்கிறார்கள்.

தமது நாட்டில் அதனை பலன்படுத்த அனுமதி இல்லாமல் எளிததாய் அதே போன்ற மூலப் பொருளை 'ஸ்கலாண்ட' நாம் பலன்படுத்துகிறோம். இங்கேயுள்ள மூலப் பொருட்களில் தயாரிப்பதால் மூட்டுக்குக் கீழ் உள்ள செவற்னை காவை ஆராயிரம் ரூபாய்க்குத் தர முடிவிறது.

மூட்டிக்கு மேல் உள்ள பகுதி செவற்னைக் காவை இப்போது வெளிநாட்டு தொழில்நுட்பம் மூலம் வடிவமைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். அது முடித்து விட்டால் பதினாறுநூலிரம் ரூபாய்க்கு வழங்கலாம். வெளிநாட்டின் அதன் விலை ரூபாய் எழுபத்தி ஐந்தாவிரம் ஆகும். உலகத்தில் செவற்னைக் காவ் துறையில் எல்லாவது நவீன தொழில்நுட்ப மாறுதல் ஏற்படுகிறதோ அதை இங்கியாவுக்குக் கொண்டு வருவதே எவ் தோக்கம்.

பெண்களிடம் இப்போது மாண்புமிகு பற்றுநோய் பெருகி வருகிறது. இதனால் பற்றுநோய் பாதிக்க மாண்பு அகற்றி விடுகிறார்கள். அவர்களின் குழந்தையை போக்க செவற்னை மாண்புமிகுமையும வடிவமைத்திருக்கிறோம். அமெரிக்காவில் 'ஸ்கெக்காவ்' மூலம் தயாரிக்கப்படும் செவற்னை மாண்புமிகு விலை ஏழாவிரத்து ஐந்தாய் ரூபாய். இங்கு நாங்கள் அதனை பாலிஸ்திரீனில் தயாரித்து முன்னுற் ரூபாய்க்கு வழங்குகிறோம்!

முன்பெல்லாம் காலிபரை இருமடி அலையினியத்தில் தயாரித்தார்கள். அதனால் ஏற்பட்ட அசௌகரியங்களைப் போக்க பிளாஸ்டிகில் அதை நாங்கள்

தயாரிக்கிறோம். அதற்குக் கடைபிடிவே 'ஷா' வாங்கி மாட்டிக் கொள்ளலாம். ஐந்து முதல் பத்து வருடங்கள் வரை எந்தத் தொல்லையும் இல்லாமல் நவீன காலிபர் உலகம்கும்

ஷா சேர், ஹாஸ்திகோல்கள், ஆஸ்பத்திரி பெட்டிகள், கழத்து வாய், இடுப்பு வலிக்கு பொருத்தப்படும் கருவிகள் 'டிராக்ஷன் சேட்' போன்றவைகள் விலக்குப் பத்து நாடகை அல்லது ஒரு நாடகையாக தேவைப்படும் அந்த மொத்தமாகவே விலை கொடுத்து வாங்கும் விலை நீடித்து வந்தது. அதனால் ஏகப்பட்ட பணச்செலவு உருவாகும் அவைகளை நோய் குணமாகி பிறகு பயன்படுத்த முடியாது. அந்தச் செலவைத் தப்பிப் போக இங்கியாவிலே முதல் முறையாக அவைகளைக் குறைந்த வரடகைக்கு நாங்கள் கொடுத்து வருகிறோம். தேவைப்பட்ட நாட்களில் மட்டும் பயன்படுத்தி விட்டு இரட்டிக் கொடுத்து விடலாம்.

தொழிநோயாளிகள் மற்றும் குடும்பம் வாய், ஆணிகள், தீநிழி நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அனியும் எம்.கி.ஆர். செலுப்பையும் வழங்கி வருகிறோம். வந்தெத்த டிசைனில் வேண்டுமானாலும் உடனே அதனை செய்து கொள்ளலாம்.

இத்தத் துறையில் இவரது சேவைகளையும் தொழில்நுட்ப ஆற்றலையும் பாராட்டி அமெரிக்க பங்குமலக் கழகம் ஐ. டி. குடிநாளுக்கு டாக்டர் பட்டம் வழங்கியுள்ளது.

பேட்டி : கந்தர்



①

**'அழகுக்கு' சில ஆலோசனைகள்!**  
பதில்கள் : வகத்தாரி, அழகுக் கலை  
பிரபுலார்

வேண்டும். இதுதான் 'ஃபெரிஞ்ச் ரோல்' எனப்படுகிறது. தற்போது விதவிதமாக விவாதிக்கக் கூடியவை 'Pali Connections' இவைகளாகக் கொண்டு ஒரு சிறிய ஹேர் மைடவைக் கூட பெரிதாக அழகுப்படுத்த முடிகிறது. அதுபோன்ற ஒரு இணைப்பை உபயோகித்து, அதற்குப் பிறகு புடவைக்கு மேட்கிங் எனக் சில சிலை அலங்காரப் பொருட்களை உபயோகித்து அவங்காரம் செய்வலாம். இதை மணப்பெண்களும், பார்ட்டிகளுக்குச் செல்வோரும் அணித்து செல்வலாம்.

விஜயலக்ஷ்மி, திருவள்ளூர்.

பணக்கு வரது 10 ஆண்டில் வயதிற்கும் சிறிய முதுமையான தோற்றம் வந்து விட்டது. ஃபேஷியல் செய்து கொள்வது இதற்குப் பயன் அளிக்குமா? முகத்தில் உள்ள கருக்கங்களைத் தவிர, கன்னத்தில்

②

**'தி ஃபெரிஞ்ச் கிளெக்ஷன்'**

முடிவை தவறாமல் இடதுபுறமாக ஒதுக்கி மோலி செ. சில் போர்ட் தேவை வில்லை) (மேல் செய்து கொண்டு, இடது கைவினால் கழற்சி ஒரு ரோல் செய்து, உடனடியாகக் கொண்டு, ஹைகளை எவதுபுறத்தில் சூத்த



மீழேயுள்ள கருவையைத் தவிர மாற்ற முடியுமா?

ஃபேஷியல் தொடர்ந்து செய்வதாக நல்ல பலன் இல்லை. கருக்கங்களால் செய்து கொண்டுவந்த விட தற்போது அறிமுகப்படுத்துவது நல்லது. 'கமபுட்டி ஸாஸா' ஆன நவீன சாதனமான 'சூப்பர் லாஸிக் ஃபேஷியல்' உருவகிப்பதற்கான உருவகத்தை நல்ல தீர்வுகொடுக்கக்கூடியது இதன் அதிரடி ஒரு தொகுப்பு 28 ஆண்டுகள் முறைகள் சுகமத்தை இது சுகப்படுத்தும் போது மிகவும் ஆரமக சந்தைவ சுகமத்தின் அடிமீல் படித்துள்ள அழகாக உள்ள நீக்கும் தன்மை கொண்டது தான் அது இல்லாம்



**சூந்த மாத  
ஹேர்ஸ்டைல்**



③

④

லாட்டரை முடித்தில் 'ஃப்ரே' செய்து வீட்டு இந்தக் கருவியை முடித்தில் இடக்க, இரண்டு மூன்று லேவர்களில் உள்ள இருந்த செலவை அழுத்துக. அனைத்தும் தானாகவே வெளி வந்து விடும. கண்களின் கீழ், மறையும் வாய்ப்பு பகுதிகளால் 'ஆண்டி ரிவலை சொல்யூஷன்' (Anti-wrinkle solution) தடவி ஓய்வொரு பகுதிவிலும் 3 நிமிடங்கள் இந்தக் கருவியை இயக்குகிறோம். இதனால் கண்களின் கீழ் இருக்கும் கருமை நீங்கி மிகுதுவாகிறது. அந்த போல வெயிலில் செலவொருக்கு ஏற்படுப திறமாவதற்குமே இந்தக் கருவிக் லால் சரிசெய்ய முடியும். இந்த மறையப்படி, கீப்பெழியல் செலவத லால் சருமம் பலவிதத்தில் பலனொரு முடியும். இந்தக் கரு வியை புனைப்படத்தில் 6, 7, 8 காணலாம்)

7



மமயா, திரு தெல்வேலி. எனக்கு 19 வயதுதான் ஆகி தது. ஆனால் இப் போதே தலைமுடி தளரிகத் துவங்கி விட்டது. இதே மாதிரி வழி ஏதாவது உண்டா? இதை நான் எப்பது பொது வாக பாம்பரை வாக வரக்கூடியது

5

ஆனால் சத்துக் குறைவுகளாலும், முடிக்குச் சரிவான முறையில் பராமரிப்பு கிடைக்காத தினாலும் இந்தப் பிரச்சனை எழக்கூடும. தலைக்குக் குயிகக பயன்படுத்தும் நீரிட உப்புக்கள், அலலது கீசம் ரிஸ் அதிக



மாக இருந்தால் தலைமுடி நளாக்கும். இதற்கு அடிக்கடி ஷாம்பூ போடும் துவித்தலால் நவிரகக கவண்டும் வீட்டி டெலிவ ஆவரக்கும் சங்ககர்த்த நளன பயன்படுத்தலாம்.

பாரம்பரியத்தில் இதுகெவை தனிப் பட்ட எண்ணெய்கள் போக்குகள் கிடைக்கின்றன.

இவை தாமதான மூலிகைகளால் ஆனவை. எண்ணெயில் கருவிலைப ரினை, கருக்கரவ. பொய்பருத்தி, தெல்வெள்ளி போன்றவைகளையும் சேர்க்குனிக் இதுபோன்ற கில மூலிகைகளையும் சேர்க்கப்பட்ட பின்னன் கால்வெளம், பீகாம்பென்கல் இதுமாதிரி சத்து, புரதம் போன்ற சத்துக் கள் துறைந்த இவையகளை உபயோகிப்பதொரு நல்ல உணர்வையும் உட்

6

கொளன பிவண்டும் உவலில கிடை. பச்சைக் காய்க்குகள், பால் முட்டை போன்ற உணவுகளை உட்கொள்ள வேண்டும். அப்போழுதுதான் இளநளாஸைத் தவிர்க்க காம்

இளநளாஸைத் தவிர்க்க ஒரு கிவிசை: 1 மகாஷை - 2 மன்பூன், கருவிலப்பிளவச்சாறு (அ) விழுது - 4 மன்பூன், தேவலிக்காய் பவுடர் - 3 மன்பூன், கிந்தனவு நீர் தேவைப்பட்டால் இவை தான்வகையும் நளகு கவந்து தலைமுடியின் மேர்களில் படுமாறு பத்து போட வேண்டும் அரை மணி நேரம் கணி



விரல் குப்பும் குழந்தையின் விரல்களை ஒரு சிறிய சுத்தமான வெள்ளைத் துணியில் வேகாகக் கட்டி விட குழந்தை ஏதோ 'உவ்வா' என்று விரலை வாயில் வைக்கப் படிப்பதும். இது என் அம்மாவின் கலை. இன்றும் தொடர்கிறது. - லக்ஷ்மி சூதிவாஸன்.

அதன் பிறகு அலசலாம். இது போல் வாரம் ஒருமுறையாவது செய்தால் இளந்தரையை போக்கலாம்.

சரஸ்வதி - கோபிசெட்டிப்பாண்டவன். நான் 18 வயதை நெருங்கிக் கொண்டு இருக்கிறேன். தகவலுடி வேகமாக தரைக்க ஆரம்பித்து விட்டது. 'ஸட்' போட்டுக் கொள்ள பயமாக இருக்கிறது. எந்த மாதிரியான 'ஸட்' தங்குது, பக்க விவரங்கள் இவ்வாமல் உங்கள் எதிர்பார்ப்பைக் கூறுங்கள்.

'ஸட்'களில் தெளிப்பல், கெமிகல் லை இரண்டு விதங்கள் உண்டு. இதைத் தவிர இறக்குமதி செய்யப்பட்ட 'ஸட்' வகைகளும் நற்போது இஷ்ட கிளவான புரதச் சத்துக்களுடன (protein) தயாராக செய்யப்படும் 'ஸட்'களே சிறந்தவற்றுக்கு அதிகம் நீங்கு செயல்தகவை. விசை அதிகமானாலும் இவைகள் சேமைத் திறகு தலவது. தெளிப்பல் 'ஸட்' ஒத்துக் கொள்ளுமானால் அந்தையும் பயன்படுத்தலாம் எதுவானாலும், 'ஸட்' போடுமுன்பு முதலில் அவர்ஜி டெஸ்ட் (pH test) செய்து 34 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு எரிச்சல் எதுவும் இல்லைவரை என்று பார்த்து அதன் பிறகு போட்டுக் கொள்வதுதான் சரி.

அதே போல் 'ஸட்' முடிவில் எத்தனை நேரம் இருக்க வேண்டுமோ அத்தனை மணி விளவுக்குப் பிறகு அந்த அவசி விட வேண்டும். அதிக நேரம் ஸட் தளவையில் இருந்தால் முடி நீண்ட நான் சுகமையாக இருக்கும் என்ற எண்ணம் தவறான ஒன்று. 'ஸட்'வைக் கரைக்க எண்ணாடி அல்லது பீங்கான் கிண்ணங்களை உபயோகிக்க வேண்டும். தலைக்கு 'ஸட்' போடும் பழக்கம் உடையவர்கள் 'ஹாட் ஆயில் மஸாஜ்' 'ஹென்ஸா', 'ஹெட் பேக்ஸ்' போன்ற சிசிச்சைகளை முடி உதிராமல் இருக்க எடுத்துக் கொள்வது நன்மை விளை

விக்கும்

சீதலக்ஷ்மி - காமரா.

என்னுடைய தகவிகள் வளமுடன் உடைத்து விடுகின்றன. இதற்கு என்ன செய்யலாம்?

உங்களுடைய உணவில் புரதச்சத்து உள்ள உணவு, மேலும் தரீர, மீன், முட்டை, பச்சைக் காய்கறிகள், கேரட், போன்றவைகளை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். கடைகளில் கிடைக்கும் ஜெல்லினை தக்காளி ஜூஸில் கரைத்து குடித்து வ? தங்கள் நன்றி வளர உதவும் மாதம் ஒருமுறையாவது 'மெனிக்யூர்' செய்து கொள்வதால், எவ்வளவு நுகர்ச்சியும் அழகாகத் தோற்றமளிகளும்.

## கஸ்தூரி மாணவிகள் கேட்கலாம்

உமரும் புறும் நிஷ்சிக்கு முன்னும், நிஷ்சும் எப்போதும் வசத்தானவை கந்தி கஸ்தூரி மாணவிகள் கூட்டம்.

"நிஷ்சுக்குத் தான் எத்தனை சந்தேகங்கள்!" என விளக்கிற வசத்தா.

கஸ்தூரி மாண விளக்கென்றே ஒரு கேள்வி - பதில் நிஷ்சி ஆஸ்செக்ஷாடும என்றதன் விளைவான இப்பகுதி. அழகுக் கலை பற்றி உங்களுக்கு ஏற்படுகின்ற எந்தச் சந்தேகத்தையும் நீங்கள் கேட்கலாம்; வசத்தான பதிலளிக்கிறோம். ஆலோசனை களுக்கு 8254079 என்ற அழகுடைய தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

படங்கள்

ஜி. கரேஷ்



**உங்கள் பிரஷர் குக்கரின்  
பாதுகாப்பு வளையம்**



**SGS**



**பிரஷர் குக்கர்  
கேஸ்கட்**

**அனைத்து வகை  
குக்கர்களுக்கும் ஏற்புடைய  
அனைத்து சைஸ்களில்**

**சிறப்பு அம்சங்கள்**

- இந்திய தாக்கட்டுபாடு முறைகளை  
பின்பற்றி தயாரிக்கப்படுகிறது.
- திறக்கும்பொழுது வெளியேறும் தாதுவான  
ரப்பரிவிருந்து!
- நீண்ட நாட்களுக்கு உலர்த்தும்
- எரிபொருள் சேமிக்கும்.

**உங்கள் வீட்டில் இருந்தபடியே  
விற்பனை செய்ய விரும்பும்  
இல்லத்தார்களுக்கு மொத்த  
விற்பனை விலையில்**

**மேலும் விவரங்களுக்கு**

**ஸ்ரீ கோமதிசங்கர்  
எண்டர்பிரைஸஸ்**

75, குமரப்பா தெரு, துங்கம்பாளையம்  
சென்னை - 600 034.  
போன் : 8232855, 8259288

**ஸ்ரீ ராகவேந்திரா**



**ஸ்ரீ ராகவேந்திரா  
சாரி சென்ட்ரல்**

கடை எண். 4, 95, லட்சுமீ சாலை  
(ஆழ்வார்பெட்டை சிங்கம் அருகில்)  
சென்னை - 4 PH. 4982598

**தரமான, பலவகை வகையான  
சேவைகளை நியாயமான  
விலையில் வாங்க  
சிறந்த ஸ்தலம்.**

**எங்களிடம் அனைத்து  
காட்டன், ஹேண்ட்லூம்,  
Poonam, Chiffon, Parag,  
Vipul, Rainbow, Garden,  
Prafful, Polycot,  
Apoorva Silk மற்றும்**

**புதிய ரகங்கள்,**

**புது டிசைன்களில் கிடைக்கும்.**

**மாதாந்திர சீட்டு வசதி  
உண்டு. (10 மாதங்கள்)  
தவணை முறையிலும்**

**பணம் கட்டலாம்.**

**எங்களிடம் Rs. 100/- விதம்  
12 மாதங்கள் செலுத்தி  
ரூ. 1380/-க்கு  
புடவைகள் எடுக்கலாம்.**

**மொத்தமாக**

**வியாபாரம் செய்யும்  
(BULK PURCHASE)**

**பெண்களுக்கு**

**முன்னுரிமையும் சிறப்பு  
சலுகைகளும் அளிக்கப்படும்**

**அனைத்து**

**மிரெடிட் கார்டுகளும்  
ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்**

“தஞ்சாவூர்-கும்பகோணம் சாலைவழிப் பரிபாசம் என்ற ஊருக்குக் கிழக்கே இருப் பாவத்துறை என்ற சிற்றூர் உள்ளது. இங்கு பரணவலங்குத்தி-தவள வெண்ணைக் அம்பாள் ஆலயம் உள்ளது. இக்கோவில் பிரகாரத்தின் வடபுறம் ஆசிய அளவில் புகழ் பெற்ற செய் கற்றைநால் கட்டப்பட்ட தென்னாஸ்திரியம் உள்ளது. உயரம் 30 அடி, சுற்றளவு 80 அடிவாக வட்ட வடிவமானது. உச்சியில் கம்பு வடிவில் முடிக்கப்பட்ட இடில் ஒரே நேரத்தில் 1000 கலம் அல்லது 1500 முட்டை தென்னவ கோமிக் முடிமும் மெய் 1000-1500 கலாவித்த தீட்சிதர் என்பவரால் கட்டப்பட்டதாகக் கூறப்படுகிறது.

- த.சாந்தி.

## வண்ணம் மாறும் லிங்கம்!

ஊர்கள் வீட்டில் கோடை விடுமுறைகளை நான்கு நாட்கள் புஷ்யாவிய தலங்களுக்குப் போக ஒதுக்கியோம்.

மே 10-ம் தேதி அதிகாலை காள் மூலம் நாங்கள் எங்கள் குற்றங்களை நான்கு பேரும் பொன்னாச்சி வீலிடுத்து புறப்பட்டு தஞ்சாவூர் புண்ணை நல்லூர் மாளியம்மாள் இருக்கருகாவூர் சுற்றாடசரம் பாணை தரிசனம் செய்து கும்பகோணத்தில் தங்கியோம்.

மறுநாள் காலை இருக்கருகாவூரிலிருந்து கும்பகோணம் வரும் வழியில் உள்ள நல்லூர் என்ற ஊரில் காவி கோவிலுக்குப் போய்மேலும் காலியாமண பெரிதாகவும் பார்க்க கொம்ப அழகாகவும் கொம்ப சக்தி வாய்ந்ததாகவும் இருந்தனர்.

காவி கோவிலுக்கு மேல் சிவம் கோவில் உள்ளது. அந்த சிவலிங்கம் கயம்புலங்க நோன்றியதாக குருக்கள் கூறினார். சிவலிங்கம் காலை முதல் இரவு முடிய ஹிந்து முஸ்லிம் வண்ணம் மாறி காட்சி தரும் என்றும் கூறினார். நாங்கள் காலைவழி சிவலிங்கம் பார்த்தபோது தங்க காளில் சிவப்பு மெருகுடன் காட்சித் தந்தார். சிவலிங்கத்தின் பின்புறம் கல்யாண கோலத்தில் பரமசிவம், பார்வதியும், ஒரு பக்கம் மகாலிங்குறையும் இன்னொரு பக்கம் பிருமாவியும் காட்சி தந்தார்கள். பார்க்க பல கண்கள் வேண்டும்.

நாங்கள் கோவிலுக்குப் போன போது கூட்டமே இல்லை. உள்ளூர் ஐயங்களுக்கிட யாரும் கோவிலுக்கு வரவில்லை. பார்க்க மனதுக்கு ரொம்பக் கஷ்டமாக இருந்தது. பிறகு நாங்கள் சென்ற கூத்தறார், புத்தோட்டம் இருக்கூட்டூர், சீர்காழி, வைத்தீசுவரன் கோவில், சிதம்

பரம் முதலிய தலங்களில் கூட்டம் எக்கச் சக்கமாக இருந்தது. ஆனால் நல்லூரில் மாத்திரம் கூட்டம் இல்லை. நல்லூர் பற்றி சரிவாக யாருக்கும் தெரிவாததால் ஐயங்கள் வரவில்லை போலும் இனி கும்பகோணம் பக்கம் உள்ள புண்ணிய தலங்களுக்குப் போகும் பக்தர்கள் நல்லூருக்கும் போய் சிவன், காவியம்மாளை தரிசனம் செய்து நாங்கள் பெற்ற இன்பத்தை அவர்களும் அடைய பிரார்த்திக்கிறேன்.

-எம்.இலீ ராதா கிருஷ்ணன்.

## அக்னிக்குத் தனி சந்நிதி!

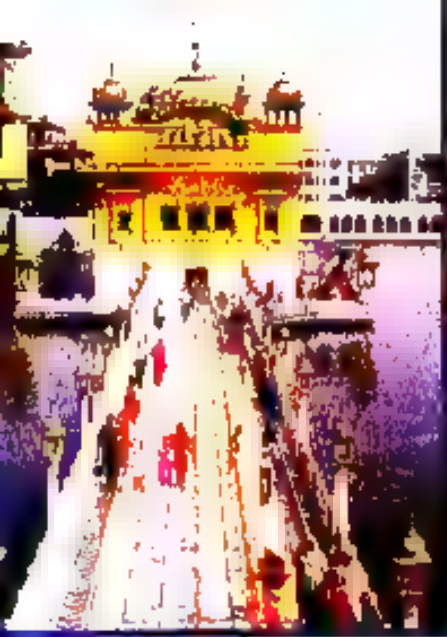
ஊர்கள் ஊர் இருப்புக்குள் கிராமம், தளவிலம்-நாகப்பட்டினம் பஸ் வழி மார்க்கத்தில் உள்ள ஒரு சிறிய கிராமம்.

இவ்வூரில் கோயில் கொண்டு, குப்பவர் கருந்தாரகுமாரி சமேத ஸ்ரீ அக்னிபுரீஸ்வர ஸ்வாமி. அக்னிக்கு மோட்சம் கொடுத்ததால் அக்னிபுரீஸ்வரர் என்ற பெயர் ஏற்பட்டது.

# ஓம் பீச்

இந்தக் கோவிலில் அக்னிக்குத் தனி உருவம் உண்டு. இரண்டு தளங்கள், மூன்று கால்கள், ஏழு கைகள், நான்கு கொம்புகள் கொண்ட அக்னி உருவம், மூலவர் உறகவர் வடிவில் உள்ளது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் வைகாசி மாதம் விசாக நட்சத்திரத்தில் அக்னிக்கு மோட்சம் கொடுத்த நாள் 11 நாட்கள் உற்சவமாகக் கொண்டாடப்பட்டு வந்தது. தற்போது ஏகதின உற்சவமாய் கொண்டாடப்படுகிறது.





மேலும் நால்வருள் ஒருவரான திருநாவுக்கரசர் கவாயிகள் (அப்பர்) சிவபெருமானுடன் ஐக்கியம் ஆனது இந்தக் கோயில்தான். அப்பர் இந்த ஊரில் புகல் அடைந்ததினால் ஊர் பெயர் திருப்புகலூர் ஆனது. சித்திரை சதய நட்சத்திரத்தில் திருநாவுக்கரசர் சிவனுடன் கலந்தார். ஒவ்வொரு ஆண்டும் அப்பா ஐக்கிய சந்தையம் சித்திரை மாதத்தில் 11 நாட்கள் உற்சவமாகக் கொண்டாடப்படுகிறது.

"கோயில்கள்" என்ற ஆகாரன் தன் நாயின் சிவ பூண்டிக்கு 118 கயமாடி வீரகங்களை கொண்டு வந்து தருவதாய் வாக்களித்து விட்டான். 117 வீரகங்கள் கொண்டு சேர்த்து விட்டான். 118ஆவதாக இந்தக் கோயில் கயமாடி வீரகத்தை பெயர்க்க முடிவடைந்தான். முடிபாஸியலை. கோயிலைச் சுற்றி அகழி வெட்டி கோயிலோடு பெயர்த்துப் போக முற்பட்டான். முடிபாஸியல் போகவே இன்றவளிடம், தன் தாவிடம் கொடுத்த வாக்கினை காப்பாற்ற முடிபாஸியலை என்று மறையிட்டு அழுதான். அப்போது ஆசாரி "சும் தாள் சிவ பூண்டியில் தான் கலந்து கொள்ளேன். தாள் வந்ததற்கு அடைபாஸியம் வட்டக்கே மிதிது சாயத்திருப்போன். தலையின் புள்ளை மலர் குடியிருப்போன்" என்று ஒலித்தது.

# பபாகவாமர?

தற்பொழுதும் இந்தக் கோயில் கவாயி வட்டக்கே சுற்று சாயந்திருக்கும். எனவே "கோவரம் குராம்" என்ற பெயரும் உண்டு. புள்ளை மரம் இக்கோயிலின் வடிகுட்டம், கோயிலைச் சுற்றி குளம் அமைந்தது.



எது ஆறு கால் பூண்டுகளும் உண்டு

அம்மை சுருத்தார் குழலி, குளிகாம்பாள் என்ற இரு பெயர்கள் உலா-உலாச் சாராய் ஸை வேண்டியில் அம்மனுக்கு வெள்ளையி புடவை மட்டுமே சாற்று வாகனம். ஏனெனில் இந்த அம்பாளில் பக்தா ஒருவர் தன் மனைவி சமரில் இல்லாத சமயத்தில் தன் மகனுக்குப் பிரசவ வேதனை ஏற்படவே இந்த அம்பாளின் மதல்படிவாய் பிரசவம் ஆக வேண்டுமென்று உளமார் வேண்டுகிறார். அம்பாவுழம் பக்தரின் மனைவி வேடம் பூண்டு அவரின் மகனுக்குப் பிரசவம் பார்த்துவிட்டு வருகிறாள். தன் மனைவி தான் எத்து பிரசவம் பார்த்தாள் என்று அந்த பக்தரின்னைக்க, பிரகு வந்த மனைவியிடம் அவர் போக, தான் வரவில்லைபடி என்று மனைவி கூறுகிறாள். பக்தர் ஒன்றும் புரியாமல் விழிக்குமபொழுது ஒரு நூல் அவர் வீட்டிலிருந்து வெளியே செல்வதை அவர் கவனிக்கிறார். அந்த நூலின் பின்னால் தொடர்ந்து சென்று அவர் பார்க்கும்பொழுது அது கோயில் அம்மை சன்னதியில் வந்து முடிவடைகின்றது. அம்பாள்தான் பிரசவம் பார்த்திருப்பதை உணர்ந்து ஆளத்தக்கவனவீர் லயுகிறார். பிரசவம் பார்த்த ஐக்கந்தால் வெள்ளை புடவை உடுத்து

கிறான் அம்பாபி.

குழந்தை இஸ்லாமதவர்கள் குழந்தை வேண்டியும், குழந்தை உண்டானவர்கள் தல்பபடி யாக பிரசவம் ஆவதற்கும் இந்த அம்பாபை பிரார்த்தித்ததால் ஐக்கடும். இவ்வாறு பிரார்த்தனை செய்பவர்கள் சரவரடனையில் வெள்ளை புடைவை வாங்கி சாதுறுவார்கள்.

வாதுபி கணபதி, முருகம், தாலக, இலட்சுமி, நவகிரஹம், சனீஸ்வரா, தட்சிணாமூர்த்தி என்னதிகள் உண்டு. திருநாவுக்கரசர் தனி களவதிகளும் உண்டு. இக் கோவிலுக்கு ஏறத்தாழ 1000 வேலை தன்செய், புனசெய் திலகங்கள் உண்டு கூடமுடிகு விழா நடந்து கிட்டத்தட்ட 10 ஆண்டுகளாகிவருவது. சாதுகோபுரமும் மற்ற கோபுரங்களும் செடி,கள் மண்டி, சிதிலமடைந்துள்ளது.

இந்தக் கோயில் இந்து சமய அறநிலையத் துறையின் கீழ் உள்ளது.

- கவிதா சூமார்

## ஸ்ரீசனீஸ்வரர் ஆலயம் (லிங்க வடிவம்)

மதுரை மாவட்டம், பெரிய சூளம் வட்டம் கிளமணூர் அருகில் 1½ கி.மீ தூரத்திலுள்ள சூளா முலஸம்பாறதயகரையில் அமைத்திருக்கிறது. திண்டுக்கல்விருந்தும், மதுரை விருந்தும் பெருந்து செல்கிறது. ஸீயக வடிவில் சனீஸ்வரர் மிக்க சக்தி வாய்ந்தவர் என்று

கொல்லப்படுகிறது.



சிரியங்கள் - உலகம் உங்களுடன் சேர்ந்து சிரிக்கும்.

அருங்கள்... தீங்கள் ஒருவந்தான் தனித்து அழுது கொண்டிருப்பீர்கள்.

-ஸ்வயங்கன்

- ஆர். பார்த்திபன்

கொல்லப்படுகிறது.

கொல்லப்படுகிறது. ஆனால் இன்னும் பிரபல மலையாளத்தில் கலிங்க நாடு என்ற இப்பகுதியில் சிவபக்தர்கள் இருந்திருக்கிறார்கள்.

பாண்டவக்காரர் என்று அழைக்கப்படுகிற ஸ்ரீதாரின் காவலி, கனீஸ்வரர் கோவிலி, அப்பகுதியில் அடர்த்த புதர்களின் இடையே, வெட்டாதவை என்ற மரத்தடியில் ஸீயக வடிவில் தான் இருப்பதாகக் கண்டிப்பித்தது. தனக்கு ஆலயம் கட்டமுமாறு சொல்லி மாறத்து விட்டார் சிரமப்பட்டு கிளமணவக கண்டிப்பித்தது மற்றவர்கள் உதவியுடன் கோயில் கட்டப்பட்டது.

அந்த நாட்டை ஆண்ட அரசன் 7½ ஆண்டு கால சனீஸ்வரர் உபாஸையில் கஷ்டப்படுகிறார் என்று அவர் வளர்ப்பு பண்ட சத்திர வதனை ஜோஸ்யர்கள் மூலம் தெரிந்து முழு மனதுடனும், பக்தியுடனும் சனீஸ்வரரை வேண்டி தவும் இருந்தார். மகிழ்ச்சி அடைந்த சனீஸ்வரர் சத்திரவதனை முன் கொண்டு 7½ ஆண்டு காலத்திற்குப் பதிலாக 7½ நாழிகை தகப்பனாகாகக் கஷ்டப்படுகிற விட்டுவிடுவதாகவும், மேலும் தன்னை நாடி வரும் பக்தார்களையும் 7½ நாழிகை உபாஸை செயது விட்டுவிடுவதாகவும் கூறி மாறத்து விட்டார். அரசன் உபாஸைகள் தீயி நலமாக வாழ்ந்தார் என்று கத்து புராணம் கூறுகிறது.

இத்தியாவில் சூச்சுளாநில்தான் சனீஸ்வரருக்குப் பிரதான ஸ்தானம் கொடுக்கப்பட்டு பிரதான சன்னதி இருக்கிறது தெரிகிறது. மேலும் இந்தக் கோயிலில் மதுரா கணபதி, சுப்ரமணியர், ஸ்ரீராமர் சக்தி கன்னிகைகள் இவர்களுக்கும் சன்னிதானம் இருக்கிறது.

சனீஸ்வரர் தீயா தேவியுடன் இருப்பது போல் உதயஸ் விகரஹம் வாழ்த்திருக்கிறார்கள். காவல் தெல்லமாகக் கருதப்படுப: கருப்பண்ண ஸ்வரயிக்கும் கோயிலில் தனி சன்னதி அமைத்திருக்கிறார்கள்.

இங்கு விசேஷம் என்னவென்றால் 7½ ஆண்டு உபாஸையுள்ளவர்கள் தவிர, அஷ்டம் சனிகாலம் மற்ற திசையில் சனி புதல் காலம், பல கஷ்டங்களை அனுபவிப்பவர்களும், பக்தியுடன் சரண் அடைந்தார் நலம் அடைந்திருக்கிறார்கள் மேல் நாடுகளில் வசிக்கும் இத்தியர்களும், மற்ற மதத்தினரும் இங்கு வந்து பிரார்த்தனை செய்கிறார்கள் என்று அங்குள்ளவர் சொல்கிறார்கள்.

சனீஸ்வரர் சூரிய வம்சத்தில் பிரத்தவா என்பதால் மூலஸ்தான் விக்ரஹத்திற்கு ஸவக்ஷைவ தெநற்குறிதான தாமம் இருக்கிறார்கள். பரமசிவனைத் துதித்து காதில் தலம் இருந்து, பரமேஸ்வரனால் "சனீஸ்வரர்" என்று பட்டம் பெற்றதால், விபூதி, செத்தூரம் பிரஸாதமாக வழங்கப்படுகிறது. அமிஷேகம், ஆராதனை செய்பவர்கள், பழம், பு இவற்றுடன் கறுப்பு





“பாயாசத்திற்கு தான் நினைக்கக்கூடிய மெய்தாச நரகம் நெய்சிக வற்றத்தக் கொட்டினேன். முத்திரி பருப்புப் பெண்கோ கவையாக இருக்கிறது

- நவீன நாயி பி

வஸ்திரம் நவதாஸ்யம் வைத்து வழிபடுகிறார்கள். இது இந்தக் கோயில் தந்திரம்

-பி.என். வெங்கட்ராமன்.

**வட கர்ணாடகத்தில் கொல்னம் அருவில் மனிதக் காலடிகள் அதிகம் பதியாத 'ஓம் பீச' என்ற எழில் மிகு கடற்கரை இருப்பதில் ஆவ்ந்துகளுக்கு முன்புதான் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது.** இங்கு கடற்கரை இயற்கையாகவே அளர் வட்ட வடிவில் அமைந்திருக்க, பச்சைப் பசுவென்ற பாவைகள், திட்டுகள் அதன் ஆரம்ப, இறுதி, மையப் பகுதிகளில் தக்க வடிவங்களில் அமைந்து, உயரத்திலிருந்து பார்க்கும்போது **ஓம்** என்ற தோற்றத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

தமிழில் **ஓ** என்ற வடிவத்தில் எப்படி அந்த அடையாளம் காண முடியும் என்ற தூயம் எழலாடி வரைய இதுபற்றி பிறமொழிகளின் எழுத்து அட்டவணைகளைப் பார்த்தேன். கராவாசி-கோகர்ண பகுதிகளில் புழங்கும் மொழிகள் களாடா, மாரத்தி மற்றும் இந்திய விசுத்திரம், இமராஷிய மொழிகளிலும் மற்றும் தமிழிலும் **ஓ** எழுது எழுது (தமிழ்) என்ற இயக்கத்தின் சதுரங்கமே உண்டது. இந்த **ஓ** அல்லது **ஓ** மாரத்தி அதுபில, களாடா **ஓ** பகுதிகளாக

**ஓ** மூன்று உயிர் எழுத்துகளில் இந்த ஒற்றுமை இல்லை. கடற்கரையின் **ஓ** என்ற வளைவின் சளையும் புறமும் உண்டான சிறு பச்சைத் திட்டுகள் இவ்வளவு மாரத்தி மினை. களாடத்திலோ அது ஓம் எனப்பதன் கூட்டு முத்தி போலவே காணப்படுகிறது.

கோகர்ணிலிருந்து முடித்ததன்மையான பாவைகளில் ஏறி, இறங்கி ஐந்து மிலோ

மீட்டர்கள் தாண்டிச் சென்றால்தான் இதை அடைய முடியும் என்பதால் பலர் முயற்சிப்பதில்லை. சாகச விரும்பிகளும், அளந்தமான அமைதியை தாடும் இயற்கைப் பிரியர்களும், ஆன்மீகத்தில் தியானத்தில் ஈடுபாடு உள்ளவர்களும் விரும்பிச் செல்கிறார்கள். கோவாவில் கிரட்டி அடிக்கப்பட்ட ஐப்பிகளுக்கு இவ்வுத தனிமையும் பக்கத்து குஞ்சே கிராமத்திலு் சொற்ப வாடகையில் குடிசைகளும் கிடைப்பதால் இங்கு முறையாகவிடத் துவங்கி விருப்பது கண்டு மக்கள் கொடுத்தெழுத்துள் வாரங்கள். அதைத் தடுக்கவும், நக்கராஸவ மற்றும் களாடல் வசதிகளுடன் இதை ஒரு புதிய எழிலுமிகு கற்றுலாத்தலமாகவும் அரசு திட்டங்கள் தீட்டி வருகிறது.

- அ. அனாமுக் கந்தரம்.

## இருபத்தி நாலு மணி நேரமும் திறத்திருக்கும் தங்கக் கோயில்

உலகில் எந்தக் கோயிலும் இல்லாத படிக்கு இருபத்தி நாலு மணி நேரமும் திறத்திருக்கும் ஒரே கோயில் அமீரதாராவில் உள்ள “தங்கக் கோயில்” ஒன்றுதான்.

அமீரதாராவ் பஞ்சாப் மாநிலத்திலுள்ளது. இக்கோயில் சீக்கிய மதத்தினரின் முக்கியமான புண்ணியத்தலமாகும். இங்கு எந்த மதத்தினரும் ஒரு தானின் எந்த நேரத்திலும் செல்வலாம்.

ஹரி மந்திர் எனப்படும் பொற்கோயில் இரு தட்டு சுவைக்கல் கட்டிடமாகும். அகலமான தெப்பக்குளத்தின் நடுவில் இக்கோயில் அமைந்துள்ளது. வணிக கோபுரம் மற்றும் கவர்ன்மென்டுகிடம், தங்க தட்டுகளால் மூடப்பட்டுள்ளவை. மஹாராஜா ரஞ்சித் சிங் என்ற பிரபல சீக்கிய மன்னனால் உருவாக்கப் பட்டது இக்கோயில். கிறிசு மேற்கு வடக்கு தெற்கு என உலகின் தான்கு பக்கங்களிலிருந்து மக்கள் வருவதைக் குறிக்கிறது இக்கோயிலின் நான்கு வளிகள். 1948ம் ஆண்டு பால் வித்யாசமிலாந் பாகும் இய்த எய்னோதம் வந்து செல்லாததும்குறிக்கிறது.

சீக்கியரின் தூக்காவது குருவான பீர்கு அர்ஜுன தேவ்ஜி என்பவர்தான் பொற்கோயிலைக் கட்டத் துவங்கினார். செவின் மாவாள் மெவா என்ற முஸ்லிம் கபீர் குரானியா பீர்குருதேவ் ஜீவின் ஆன்மீகம் 11 குர் தவது குருவிற்கு உகலி சொந்தார். இவ்வாள் முதல் அடிக்கல் நாட்டப்பட்டது.

ஆடம்பரமான மேல்மாடத்தின் கீழ், களாவின் தடுவில் தங்க ஆபரணங்களால் அலங்காரம் செய்யப்பட்ட ஆதி சிரத்தம் சிகிடி தங்ககோயில் ஆன்மீக மேன்மையைக் குறிக்கும் சைக்கப்பட்டு புறிக் கப்படுகிறது.

மேல் மாடத்தின் தளக்கம் 11 அடி நீளம் ஒவ்வொரு பக்கமும் பரத்துள்ளது. கவர்களும்



## மங்கையராய் பிறந்திட மாதவம் செய்திட வேண்டுமம்மா...

அதிபுதுப் பெண்களுக்கு மாதப்பெற்றதும் என்ற பழமைபாச திவை மாறி 'மங்கையராய் பிறந்திட மாதவம் செய்திட வேண்டுமம்மா' என்று பாடிய பாரதியாரின் களவு நிறுவெழுந்த வம்வம் புதுமையப் பெண்கள் மருவாகி விட்டனர். பொற்காலப் போன்றி விட்டது.

ஆரம்பத்தில் ஆடம்பரக் கிடந்த பெண்கள் இன்று ஆர்.பி.உ. ஓர் குழுவாக நடவடிக்கை எடுக்க வரை முன்னேறி தங்கள் நிறைமகளை நிறுவித்து வருகின்றனர்.

இங்ஙனம் தொடர் இங்கிலாந்து இளவரசி டி.யார்லா, கருத்து வகில் புகழ் பெற்ற அகதா ப்ரீஸ்டி, நம் நாட்டு கவிஞரில் சமீபத்தில்

நாயுடு போன்றவர்கள் பொங்குளம் முன்னேற்றம், மேன்மை அடைவதற்கு ஊக்கம் கொடுத்தும் நம் மதமணங்கள்.

சனமத்துப் போடுவதற்கும், சந்ததிகளை பெற்றெடுப்பதற்கும் மட்டுமே பெண்கள் எவ்விதந்த நிலைமை மாறி விட்டது. 'சக்தி சக்தி' என்று போற்றப்படுவதற்கு மிகப் பெருந்தயாவவிகள் என்று நிறுவிக்கும் பழையத் தோன்றியவ்வது.

கணவனுக்கு துணையாக, குழந்தைக்கு தாயாக, குடும்பாதிதற்கு தலைவியாக, அலுவலகத்தில் ஆலோசனை வழங்கும் ஆசாவாக, பொது நல பேரவையில் பாந்த மலப்பாசவாக உள்ள

# இதயம் மங்கையர் விழாவிற்கு

பென் மணியாக . . .  
இப்படி ஒரு பெண்ணுக்குள் எத்தனை எத்தனையோ கோணங்கள்!

குடத்தில் இரட்டினைக்கு போல் திறமைகள் இருந்தும் அதை வெளிப்படுத்தும் வாய்ப்பு இயலாத மங்கையர் தங்களை வெளிப்படுத்தும் வழிமுறைகளை அறிந்து கொள்ள வேண்டியது அத்தியாவசியமான ஒன்று.

உங்களை நீங்களே உணர்ந்து கொள்ளவும், உங்கள் திறமைகளை மேலும் வளர்த்துக் கொள்ளவும் (Self Development) ஆர்வம் இருந்தால் ஆலோசனை பெறலாம்.

தன்வாய்க்கொக, தன்வாய்வம், வேலை வாய்ப்பு, கூலி கொழிப்பு முதலில் உடற்பயிற்சி உணவுப் பழக்கம், குழந்தைத் திருத்தம் கூட்டு முயற்சி, அழகுக் குறிப்பு, சோம்பிப்பு - நாகரிகம் முதலியவற்றில் மேம்பட்ட உதவும் புதுமை கருத்தரங்கில் கலந்து கொள்ள வாழ்க்கை.

எண்ணற்ற பயிற்சிக் கருத்தரங்குகளை வெற்றிகரமாய் நடத்தி ஆற்றிய அனுபவமிக்க, மதுரை 'மின்னர் மகவுகளில்' பேராசிரியர் திரு. எம். எஸ். முத்துராமன் அவர்கள், (தொலை பேசி : 534339) தன் குழவினருடன் இக்கருத்தரங்கை நடத்த இருக்கின்றார்கள்.

நவர் தரும் செய்திகள், பாயன் கொடுக்கும் கலந்துரையாடல், இவற்றுடன் இனிமையான பரிகரங்கள் உண்டு.

விரிவடையாத மங்கையர் மின்னணுக்கலாம். தாங்கள் தெரிவு பெற்ற விபரம், விழா நடைபெறும் நாள், இடம் ஆகியவை கடிதம் மூலம் தெரிவிக்கப்படும்.

இதயம் மங்கையர் விழா மின்னணுக்கலாம்

பெயர் : \_\_\_\_\_

முகவரி : \_\_\_\_\_

தொலைபேசி எண் : \_\_\_\_\_

வயது : \_\_\_\_\_ படிப்பு : \_\_\_\_\_

தொழில் : \_\_\_\_\_

'இதயம்' எத்தனை ஆண்டுகளாக உபயோகிக்கிடுகம் "

'இதயம்' வாங்கும் கடை யின் பெயர் : \_\_\_\_\_

கலவரம் கொள் : \_\_\_\_\_

கொழிப்பு : \_\_\_\_\_

குழந்தைகள் : \_\_\_\_\_

நிபந்தனைகளுக்கு உட்பட்ட மங்கையர் விழாவில் கலந்து கொள்ள விரும்புகிறேன்.

நேதி : \_\_\_\_\_ கையொப்பம் : \_\_\_\_\_

மதுரைப் பேராய் அவர்கள், தொலைபேசி : 534339

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

'மங்கையர் விழா'

இதயம்

தாரன் ரொட் டி. எஸ். 88, விருதுநகர் - 626 001.

## உபயோகங்கள்

- இதயம் மங்கையர் விழா இரட்டினைக்கும் குழந்தைகளைப்போ, மற்றவர்களைப்போ உடல் ஆழ்ந்து வராமல் தவிர்த்தான் வர வேண்டும்.
- உலகமது முதல் மலையிற்று உட்பட்ட வர்களை இரட்டினை வேண்டும்.
- விழா நாட்களில் விழாவிற்றென்று உங்கள் நேரத்தை ஒதுக்கிக் கொள்ள வேண்டும். வேறு எந்த அனுபவமையும் வாங்கிக் கொள்ளக் கூடாது.
- இதயம் குடில் விழாவில் அல்லது மங்கையர் விழாவில் ஏற்கனவே கலந்து கொள்ளாதவராக இரட்டினை வேண்டும்.

Have a nice time  
Cooking





நாம் கோலும் ஊற வைத்து அய்வா செய்வது போல் கேழ்வரகையும் ஊற வைத்து அஊர்த்து பாய் எடுத்து அய்வா செய்யலாம். குழந்தைகளுக்கு நல்ல சத்தும கூட.

- ஜே. கமோட்சி

தனரகளும் வண்ண மலர் ஒலியவகளைக் கொண்டது. இதனினிடயில் ஒரு சிறு எண்ணாய், அன்றாடம் உல்பு

பொற்கோலிலுக்குள் செல்லுமபொது பத்தர்கள் கவலிக் களெனடியவை -

● புளையிலை, கிகரெட், கிகர் மறறும் பொதை வஸ்துக்களை எந்தவிதமான ருபத் திறும் கோயிலின் உய்யோ எடுத்துச் செல்லக் கூடாது.

● இவ்வசமாக செயல்படுமா பாதஅணி அன்றாடம் காலணிகளைத் தந்துவிட்டு செல்ல வேண்டும்.

● தனக்கைய துணியால் மூடிக்கொள்ள வேண்டும். ஆண், பெண், குழந்தைகள் பெரியவர் வாலரும் நல்லவையாக் கட்டாயம் துணியிட்டு மூடிக்கொள்ள வேண்டும்.

● கோயிலில் துண்டாடும் முன்பு தனரவில் பைப்புகள் வஸ்தியாக நீர் வரும்படி அவைத்துள்ளனர். அங்கே காலணிகளைக் கழுவிய பின்பே கோயிலுக்குள் துண்டிய வேண்டும்.

● கோயிலின் உள்ளே புளகப்படம் எடுக்க அனுமதியில்லை.

● புவிதக் கோயிலின் உள்ளே காளவ நீட்டி அமரக் கூடாது.

கோயிலின் உள்ளே அங்கங்கே கோயில் காவலர்கள் தின்று கொண்டு பொதுமக்களின் செயல்களைக் கண்காணிக்கின்றனர். பிகப் பிரம்மாண்டமான பொற்கோலில் வணக்கத்தை 24 மணி நேரமும் சிப்பந்திகளும், பொதுமக்களும் கத்தமாக துண்டத்த வண்ணம் இருக்கின்றனர். 24 மணி நேரமும் அகண்ட பழுவையைப் பாடிக்கொண்டே இருக்கிறார்கள். இப்படிப் பாடல்களை ஆவ் இத்தியா ரேடியோ

நேரடி ஒளிபரப்பு செய்கிறது.

சீக்கியர்களின் புனிதத்தலமான பொற்கோலிலுக்கு ஒருமுறைவாவது வந்து செல்ல வேண்டும் என்பது அவர்கள் துதிகம் முழுமையாக மதவாதிகளாக மாறிவிடும் ஆன் பெண்களும் உண்டு.

சீக்கிய மத மரபுப்படி பிச்சை எடுப்பதும், அடிமைத் தொழில் செய்வதும் பெருங்குற்றமாகும். கய தொழில் செய்து வாழ வேண்டும் என்பது அவர்கள் மதக் குறிக்கோள் ஆகும். எழையாடிகுத்தாறும் அவர்கள் நவக உழைப்பாளிகளாவர் நாள முழுவதும் சாழ்த்த பிச், கோயிலில் வந்து இவ்வச உறவாத்தலவாக் ஆனாவ் பிறரிடம் கை நீட்டி பிச்சை வாங்கக் கூடாது.

சீக்கிய மதத்தில், வயதாளவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் நல்ல மதிப்பை வைத்துள்ளனர். குழந்தைப் பருவமும், முதுமையப் பருவமும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் ஏரே சமூகம் சீக்கியராகத்தான் இருக்க முடியும்.

எதையும் தூங்கும் இறையத்தை பாபுடைய இளமைமீலேயே தாயார்களை ஊட்டி, வீர புருஷர்களாய் வளர்க்கின்றனர் பெண்களும் கடும் உழைப்பாளிகள்; எதரியசாலிகள். ஆண் பெண் இரு பாலாரும் எதரியத்தில் சளைத்தவர்கள் அல்ல இப்படிப்பட்ட வீர மரபினருக்கு அவர்கள் மதத்தில் மீது அபார பற்றும், கவனமும் உள்ளது. சீக்கிய மதத்தையும் பொறுத்தவரை, சமூகத்தில் ஒருவர் எவ்வளவு பெரிய அந்தஸ்தில் இருந்தாலும்க் மத சார்பான காரியங்களில் சகஜமாக வந்து கலந்து செயல்படுவது அவர்களது ஆன்மீகச் சிவத்தை எடுத்துக் காட்டுகிறது.

இப்படிப்பட்ட புனித பொற்கோலைக் களங்கப்படுத்திய கதைகளும் உண்டு. இராபீனுர் அவர்களது ஒட்டுமொத்த ஆளாய் வஸ்தை மதமும், பொற்கோலில் நிர்வாகமும், மத குருமார்களும் கட்டிக் காப்பது பெருமை வாக் இருக்கிறது.

- பாகேதி இராமணாதன்.

## தரிசனத்தில் பிறந்த ஆலயம்

தெல்லை மாவட்டத்தில் உக்கிரச கோட்டை என்றொரு கிராமத்தில் ஊருக்கு மேற்கே பரிசுத்த தேவாலயம் ஒன்று கட்டிவர இருக்கிறது இவ்வாலயம் கட்டப்பட்ட முறை ஒரு அதிசயம் என்று அக்கிராம மக்கள் கூறுகின்றனர்.

காஞ்சியை பூரவீகமாகக் கொண்ட சிவ மக்கள் பிழைப்பதற்காக இக்கிராமத்திற்கு வந்தனர். அச்சமும் கிதிவதுவ சமயம் அங்கு



பரவியிருந்தது. ஆகவே இம் மக்களும் சிறிதே தவர்களாகி விட்டனர். இறைவனை பிரார்த்திக்க ஒரு பொது இடம் வேண்டும் என்று உபவாசம் இருந்து அனைவரும் ஒரு இடத்தில் கூடி தொழம் செய்தனராம். அவர்களில் ஒரு காஞ்சி சிறித்தவருக்கு 'தீய்கள் கூடி தொழுகும்' இந்த இடத்திலேயே ஆலயம் கட்டுங்கள்' என்ற தரிசனம் கிடைத்ததாம்.

'மேலும் ஒரே ஒரு வேண்டாடு ஆலயத்திற்கு வாட்கே இப்போது மேய்ந்து கொண்டிருக்கிறது, அங்கே சென்று தண்ணீருக்காக வின்று தோண்டுகள். அந்தக் கிணற்று நீரைத்தான் ஆலயம் கட்ட பலன்படுத்த வேண்டும்' என்றும் தரிசனம் கிடைத்ததாம். அவ்விடத்தில் ஒரு கிணறு தோண்டினர். வற்றாத தண்ணீர் வந்ததாம்.

இதே வற்றாத தண்ணீரைத்தான் ஆலயம் கட்டுவதற்கு அந்தக் கோவாட்க்காலத்தில் பயன்படுத்தினராம். அவ்வூர் மக்கள் அக்கிணற்றை 'ஊருளரி' என்றழைக்கின்றனர்.

கட்டிடம் மேலே வந்து விட்டது. உத்திரம், ஐஸ்னங்கள் வரங்குவதற்குப் பணம் இல்லை, உடனே அனைவரும் கூடி பிரார்த்தனை செய்தனராம். அதே மணிதருக்குத் திரும்பவும் ஒரு தரிசனம் கிடைத்ததாம்.

'ஆலங்குளம் என்ற ஊரின் அருகில் ஒரு ஆலயம் கட்ட ஆரம்பித்து இருக்கிறார்கள். அவர்கள் உத்திரம் செய்ய வரங்கிவிருக்கிற மரத்தை அவர்களால் உபயோகப்படுத்த முடியாது. ஒரு அதிசயம் நிகழ்ந்துவிடும். அந்த மரம் வெள்ளத்தில் அடிக்கப்பட்டு வரும். அம்மரத்தைப் பெண்கள் மட்டுமே கத்தமாக குளித்து விட்டு, ஒலைக்கொடி கட்டி இழுக்க வேண்டும். பெண்களைத் தவிர ஆண்கள் தொடக்கூடாது' என்று அத்தரிசனத்தில் கூறப்பட்டதாம்.

இரண்டு நாட்கள் சுழித்துத் திடீர் என கோவாட வெயிலில் ஆற்றில் வெள்ளம் கரை புரண்டு ஓடியது. ஒரு தேக்குமரம் கரையில் வந்து தங்கியது. வெள்ளம் வடிந்த பின்னர் அந்த மரம் இழுக்கப்பட்டு உத்திரம் செய்யப்பட்டது. இவ்வாலயத்தின் உத்திரம் அந்த ஒரே மரத்தால் செய்யப்பட்டது விசேஷமாகக் கருதப்படுகிறது.

உக்கிரன்கோட்டை தேவாலயத்தில் ஒரு அழகிய விளக்கு இருக்கிறது. இரண்டு பக்கங்களிலும் ஒரே தண்டில் ஏழு தீபங்கள் பிரகாசமாக எரிகின்றன. மூகம் தெரியாத துபரால் பரிசாக வழங்கப்பட்ட இவ்விளக்கு எஞ்சமே ஆகியதில் உள்ளதுபோல இருக்கிறது.

பிரசித்தி பெற்ற இவ்விளக்கில் நோத்திக் கடனாக என்னெய் ஊற்றி பிள வாயிலும், நெற்றியிலும் தொடரு ஈவத்துச் செல்கின்றனர். இவ்வாலயத்தின் அத்தனைப் பொருட்



வாழ்க்கைய் செய்து செய்யப்போது ஒரு கைப்பிடி சறிவேப்பிலைவாயம் தாளிக்கும் போது சேர்த்து வறுத்து வாழ்க்கைய் செய்தால் மனமாச இருக்கும்.

- ஜே. காமாட்சி



சகும் நேர்த்திக் கடனாகவே வந்தனவாயம்.

- நெல்லை தியாகு

## ஸ்ரீ ஸைவசாமி திருக்கோயில்

மணித வாழ்வில் சித்தம் ஏற்படும் ஐயப் பரிசுக் கணக்கில் அடங்காது. இந்த பாபங்களை களைவதற்கான ஆதி காலத்திலிருந்து மகான்கள் பலர் அவ்வப்பொழுது தோன்றி மனிதர்களின் மனசை பக்குவப்படுத்தி மெய் புனரமைப்பை பெருகச் செய்து வருகின்றனர். அதனால்தான் இந்த அளவுக்காவது நாம் வாழ்த்து வருகிறோம் என்றால் மிகையாகாது.

அவ்வகையில் ஸ்ரீ சீரடி சத்திர சாயிபாபாவின் மனோசக்தியும், மகிமைமும் நாடு தங்கு அறியும். அந்த மகிமைமில் ஒன்று - சாதாரண குடிமகனான மீனாட்சி சத்திரத்தை பாபாவின் அருளால் சீரடி சாயிதாசனாக திருப்பணி சேவைக்கு மாற்றி மடிப்பாக்கத்தில் உண்டாசனாட்டை இல்லத்தான அரப்பணக்குமாறு செய்து அந்த இடத்திலே ஸ்ரீ ஸைவ சாயி திருக் கோயில் பல கட்டிடங்கள் செலவில் கட்டப் பட்டு கோபுரம் அளவுக்கு உயர்த்து வருவது.

தே உபதேசம் தடைபெற்ற ரதம் வடிவில் வளர்த்து வரும் இந்தக் கோயில் (மீனாட் நெர் பாரத் நகர் மெயின் ரோடு, மடிப்பாக்கம்) உள்ளது.

சிவனுக்கு நக்தி, முருகனுக்கு மயில் என ஸ்ரீ சீரடி சாயி பாபாவுக்கு தன்றியுள்ள ஒரு ஸைரவா!

ஆன்மீக மக்களின் பொருளுதவியால் கூடிய விரைவில் இத்திருக்கோயிலுக்கு கும்பாபிஷேகம் நடைபெற வேண்டும் என்றிரார் திரு. மீனாட்சி சத்திரம்.

# தனலக்ட்மி சாரீஸ்



தேவேந்திரா சுங்குடி தயாரிப்பாளர்

எங்கனிடம் 100's speckle, 120 superior (Combed Cotton) அதிக வெட்டி சாயத்துடன் தயார் செய்கின்றோம். இந்த இரண்டு quality சேலைகளையும் அதிக வெட்டி சாயத்துடன் தயார் செய்வதால், குறைந்த விலையுடன் புடவைகளும் நீடித்து உழைப்பதற்கு உத்தமவதம் தருகிறோம்.

நாங்கள் 9% வெஜம் (8.70 m), 10% வெஜம் (9.70 m) மற்றும் 6 வெஜம் (10.80 m) அதிக அளவில் தயார் செய்வதால் அதிக Varieties கிடைக்கும். நாங்கள் Latest Bathik designs, Banthini prints, Gold prints மற்றும் Latest Computer Screen Printing designs, Block print Saris, Chudidar Sets தயார் செய்கிறோம். மற்றும் பட்டுப்புடவை போன்று Grand Look கொண்ட உயர்தர சாட்டன் புடவைகள் கிடைக்கும். உயர்தர சாட்டன் நூலால் நெய்யப்படுவதால் அதிக Maintenance தேவையில்லை. நீங்கள் குறிப்பிட்டு சொல்லும் ரஷ்டிகளையும் செய்து தருகிறோம்.

சேலைகள் அதிக நாள் நீடித்து உழைக்க வேண்டுமென்ற குறிக்கோளுடன் தயார் செய்கிறோம். மற்றும் எங்கள் கம்பெனியில் ஏற்படும் Small defects Saris குறைந்த விலைக்கு தருகிறோம்.

நாங்கள் மொத்தமாகவும் சில்லறை விலையிலும் விற்பனை செய்து வருகிறோம். மற்றும் எங்கனிடம் மங்கனியரி சாட்டன் (No Maintenance), பெங்கால் சாட்டன் (120 Counts) சேவை Yeeco Saris (Pure Cotton and Silk Cotton) பாலிகாட்டன், Silk சாட்டன், Sun silk Poly Cot, printed polycot, மற்றும் குண்டுர் சாட்டன், வெங்கடகிரி சாட்டன், பாலியஸ்டர், செங்கல் ஸர்தா சேலைகள், வெங்கலூர் Printed Silks, கரிஷ்மா சாட்டன் மற்றும் குரத் சிந்தெடிச் சேலைகள், ஃபேன்ஸி Printed Silk சேலைகள்

மற்றும் சேலம் வேஷ்டிகள், டவர்கள், மேட்சிங் ப்ளவுஸ்கள், உயர்தர ஈரோடு சாட்டன் கிடைக்கும். எங்கனிடம் தரமான ஷேரெட் உள்பாவாடைகள், குறைந்த விலையில் கிடைக்கும்.

20 வருட வாடிக்கையாளர் சேவை

தரமே எங்கள் பலம்

பெ. 1. கோடாலகிருஷ்ண ரோடு  
(டாக்டர் நாயர் ரோடு, Second left from Pandy Bazaar turning)  
தி.நகர், சென்னை -17.

Our Coimbatore branch  
P.R. Shanthi, No.15, Siva  
Sakthi Colony, Thondamuthur  
Road, Vadavalli,  
Coimbatore 641 041.

திருச்சியில் கிடைக்குமிடம்  
Sree Textiles,  
6/48-4th Cross (East)  
Thillainagar, Trichy - 620018  
Ph. 762306

பள்ளிப் படிப்பை முடித்து சிறந்த வகுப்பாவததை எதிர் நோக்கிக் கல்லூரிக்குள் இணைப்பவர்கள் துறையுடம் தேரம் இது. பள்ளியிறுதித் தேர்வுகளின் முடிவுகள், மாணவிகள் மாணவர்களின் கட்டிடமும் அதிக மதிப்பெண்கள் பெற்றுத் தேறி யிருப்பதைக் காட்டுகின்றன. ஆனால், மருத்துவம் மற்றும் பொறியியல் துறையுத் தேர்வுகளில் மாணவர்களே பெரும் பான்மையடைத் தேறியிருக்கிறார்கள்.

வருடா வருடம் பெண்களின் தேர்ச்சி விகிதம் கூடி வரு வது மகிழ்ச்சியளித்தாலும் இந்த வேறுபாடு எதனால்? ஏதே கால் கட்டத்தில் தடக்கமும் இருவேறு தேர்வுகளில் ஒன்றில் பெண்கள் அதிகமாகத் தேறி, மற்றொன்றில் ஆண்கள் அதிக மாகத் தேறுவதில் ஏதேனும் உணர்வியல் (psychological) கார ணங்கள் இருக்க முடியுமா? இது எதனைப் பிரதிபலிக்கிறது? சமூக ரீதியாகக் காரணங்கள் இருக்குமோ? இதனை சென்னை பல்கலைக் கழக உணர்வியல் துறை ரீடனா டாக்டர் எஸ். கருணாநிதி அவர் களிடம் கேட்டோம்.

அவர் கூறினது...

"ஆண்களிடம் உடனடி விஜயம் சரி மனதளவிலும் சரி, விவரவான முதிர்ச்சி (Maturity)

மெதுவாக 'முதிர்ச்சி' பெறும்

# ஆண்கள்

பொள்ளுறுத்து உண்டு என்பது உலகளாவிய உண்மை. அதிலும் 25 வயதிற்கு முன்னதாகவே சிலை வளர்வியல் பெண்ணோ முன் நிற்கிறார் இந்த மதிப்பெண்கள் விஷயம். சித்திக்கப்பட்ட வேண் டும விரைவானதான் மனோவியல் உணர்வியலைய பொறுத்த வனா வில், அந்த வயதில் முதிர்ச்சி சிலை. அதிலு தினை: (1) என் இரண்டிலும் ஆண் பிடி தங்கியே நிற்கிறான்.

பெண்கள், சமுதாயத்திலுள்ள வழங்கு முறைகள் காரண மாக - நுருமணத்திற்கெனத் கூலி செலவுகள் இருக்க, நடுநிர வரக்கூதினரைச் சிறிது நடுமாதையே எவகலம் பொறியியல் மருத் துவக் கல்லூரி கட்டடங்களாகும். பெற்றோராராலும் நடுமபத்தாராலும் தடுக்கப்படுகிறார்கள் என பது காரணமாகக் கூறலாம் இந்த சிலை ஆராய்ச்சிக்கூறிய ஒன்றாகவே தெரிகிறது. உணர்வியல் ரீதியில் பொள்ளுறுக்கே முதலிடம் என்பதை சிசுவம் மற்றும் முடிவாகுது."

வெவ்வேறு வயதுகளில் ஆண் - பெண் முதிர்ச்சி தினை குறித்துக் கேட்டபோது - "மன - புது எண்பபதம் பத்தொரு பது வயது வளர்வியல். அதற்கு அடுத்த ததாக இருபத்தைத்து வயது வளர விலும் பெண்ணின் முதிர்வு மற்றும் அதிலு தினை ஆணை விட அதிகம்

இருபத்தைத்து வயதிற்குப் பிறகு ஆணுக்கு மனரீதியான முதிர்ச்சி வந்திறது. அந்த வயதில்



இருவருமே ஒரே நிலையில் இருப்பார்கள். குடும்பச் சூழலில் இளைந்து இருவருமே கடமைகளை ஆற்றுகிறார்கள். இங்கு ஒரு வேற்றுமை உண்டு. நடுத்தர வயதில், ஆண் தன்னை உயர்த்திக் கொள்ளும் சாதனை அடிப்படையில் (Achievement Oriented) கடமைபாற்றுகிறான்; பெண் இதனோடு கூடுதலாகக் குடும்பக் கடமைகளையும் பின்னடுத்துக் (Family Oriented) கடமைபாற்றுகிறாள்.

சாதனைகளையும் குடும்பக் கடமைகளையும் இருவருமே ஆற்றி முடித்து, ஒவ்வொருவரும் துன்பது வயதில், அவரவர் வேலைகள் மட்டுமே அவரவர்க்கு இருக்கின்றன அப்போது அவர்கள் உடலளவிலும் மனத்தளவிலும் ஒய்ந்து விடுகிறார்கள். அப்போது, அவர்களுக்குத் துணை வசூலது ஆண்டிக் கூடு பாடுதான். இங்கு தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது ஒவ்வொரு - பெண்கள் மிக விரைவில் மனதளவும் உடலளவும் முதிர்வடைந்து அதே வேகத்தில் தளர்த்துப் விடுகிறார்கள் ஆண்களோ, மெதுவாக முதிர்வு பெறுவதுடன் அதே மெதுவாக பெண்கள் தளரும் பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகே தளர்கிறார்கள் அக்காலத்தில் ஏழெட்டு வயது வந்தியாசத்திலிருந்து மருமணம் செய்து வைத்ததற்கு இது முக்கிய காரணம்."

"25 வயது பெண் 35 வயது ஆண் மனப்பதில் மன முதிர்ச்சி அளவு பங்கு வகிக்கிறது. இவ்வோ 35 வயதிற்கு மேல்தான் பெண்கள் திருமணம் செய்து கொள்வதற்காக. இந்தப் பெண்கள் தம்மைவிட ஏழெட்டு வயது பெரிய ஆணைத் திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டிய அவசியம்

ஏதேனும் உண்டா?"

"உண்மையில் அடிப்படையில் இருவருமே முதிர்ச்சி பெற்று விடுகிறார்கள். 25 வயதிற்கு மேல் 35 வயதினைத் திருமணம் செய்து கொள்வதால், உயர்ந்த திறன் இருக்கும். ஆனால், 35-கே பிரச்சனைகள் அதிகம் வர வாய்ப்புண்டு. மற்றபடி ஒன்றுமில்லை.

ஆனால் உடல் ரீதியாகப் பார்த்தால், 25 வயதிற்கு மேல் எவ்வளவும் வயது வந்தியாசம் தம்பதியருக்கும் அவசியம். 35-ரண்டு உடல் ரீதியாக எதிர்பார்ப்புகள், திருப்திப் படுத்தல் ஆகியவற்றில் ஆணும் பெண்ணும் வேறுபடும் திறன் இருக்கிறது. "எதிலும் - முக்கியமாகக் குடும்பத்தில் அன்பு வெளிப்படாமல் பெண்ணுக்கு எதிர்பார்ப்பு அதிகம். அவள் படைப்பே அப்படிப்பட்டதால். அளவ அளவிட தரும் அவன் இதயம் அதே அளவை ஆழமாக எதிர்பார்க்கும். உண்மையில் ரீதியில் மட்டுமல்ல, கடவுள் தந்த உடல் அளவியிலும் இது தொடர்புடையது. எதிலும் சரிப்பே தடபாடி அவனுக்கு.

ஆணோ, விரைவான இன்பத்தையே நாடுவான் ஆழமான அன்பின் பொதுமை ஏன் வெளிப்பாடு அவனுக்கு வரவே வராது. இதிலும் அவன் உடல் அளவியைப் பொறுப்பு வகிப்பதோடு சிறு வயதிலிருந்தே அவன் வளர்க்கப்படும் முறையும் சேர்கிறது.

உடலாலும் மனதாலும் பெண்ணின் எதிர்பார்ப்பைப் பூர்த்தி செய்யும் பொறுமையும் பொறுப்புணர்வும் ஆணுக்குக் கிடையவே கிடையாது. அதனால்தான், எதிர்பார்ப்புகள் நுழையுமபோது பெண் வீரத்தி அடைகிறாள்.

பெண்ணை மதிக்கிக் ஆணின் உணர்வுகள் மிகச் சிறப்பும், ஏனெனில் அவனுடைய Biological ஸ்பிரிட் (உடல் அளவியை) துணை புரிகிறது. உண்மையில் படைத்தவனுக்கும் இதில் பங்குண்டு என்பதுதான் சொல்ல வேண்டும்."

"ஆண்கள் அதுவரைத்தவிர்த்து ஒவ்வொரு பெரும்போது மனமுறை தது மிகவும் கஷ்டப்படுவதைத் திகைப்பாடங்களிலும், நாடகங்களிலும் காட்டுகிறார்கள். - தேரிலும் காண்கிறோம். வேலைக்குப் போய் ஒவ்வொரு பெண் பெண்களின் மனதிலை எப்படி விருக்கும்."

"வாருக்குமே, ஒரு நாளைக்கு எட்டு மணி தேரம் ஒவ்வொன்று வேலை பார்த்தபிறகு அந்த முழு தேரமும் ஒன்றுமில்லாது போகிறபோது, எதைப்போ இழந்துவிட்ட வெறுமை இருக்கும் பெண்ணுக்கும் இதைத் தலைதாள்.

எம்பாதித்து வருவதை மட்டுமே வேலை வாகக் கொண்ட ஆண், வீட்டில் வேலை செய்வதை திணைத்துக்கடப் பார்ப்பதில்லை. ஆனால் பெண்ணோ, குடும்பப் பொறுப்போடு



எழுமிக்க ஓரில் பரிமாறும்போது அதில் சிறிது சோம்பு பவுடர் சேர்த்துப் பரிமாறிப் பாருங்கள். வித்தியாசமான வாசனை வரும். இது உடம்புக்குத் துரிச்சியானதும் உட.

-மனசோசலி



அலுவலகப் பொறுப்பையும் சேர்த்தே செய்வதால், தன்னால் நடைபயர்மெண்டிக்குப் பிறகும் ஒவ்விலவரால் வைத்துக் கொள்ளொன். அதனால், ஆணின் அளவிற்கு அவன் உடைந்து போவதில்லை.

இதற்காக, இப்போது பல அலுவலகப் களில் 'Pre-Retirement Counseling' நடந்து நிறர்க்கும்."

"மறுபடியும் இளைஞர்கள் பற்றி - அதிவு நிலை, எதிர்க்காவத்தை திரைவித்தல், வாழ்க்கையை நோக்கிப் பார்வை - இவற்றில் முதல் மகன்/மகன், இரண்டாவது மகன்/மகன் என்ற பிறப்புப் பாகுபாடு பங்கு வகிக்குமா?"

"நிச்சயம் வகிக்கும். முதன் முதலில் பிறக்கும் மகனையோ மகனையோ பெற்றோர் தங்கள் மொத்த அன்பைக் கொட்டி, வளர்ப்பதோடு, நம்களால் சாதிக்க முடியாதவற்றைச் சாதிக்கும் அதிவும் உணர்வும் உடைபடா களாக வளர்ப்பார்கள். அதனால் உலகின் போட்டிகளை எதிர்கொள்ளும் திறனுடை வவர்களால் அவர்கள் வளர்நிறர்க்கை, லிட்டிஸ் கடைசி பிங்குன்கள் செல்வம் அதிகம் பெறுவதால் பொறுப்புக்களை உணரும் மனநிலை குறைந்தே இருப்பர்.

முதலாவதோ இரண்டாவதோ பெண் மட்டும் அதிவும் மனமும் முதிர்ந்தவர்களாகவே இருக்கிறார்கள். ஆனால் ஒரு விதிவிலக்கு உண்டு. எல்லாருடனும் சஜ்மாய் பழகுதல் (Extroversion), தனித்தே அதிகம் வெளிப்படுத லாமல் இருத்தல் (Introversion) என்ற இரு நிலைகளான Personality Make-up இந்தப் பெண்ணின் முதிர்வு நிலை தோன்று என்நிறா கருணாநிதி.

"பெண் ஒரு புரிவாத புதிர் என்று கவிஞர்கள் புலம்புவது மிகவும் உண்மை" என்று சிரிக்கிறார் மற்றொரு உணவியல் பேராசிரியர் "பெண்ணுக்கு மிகக் கர்வமாய் அறிவு உண்டு. ஒரு ஐத்து வயது சிறுமிகுட னிராஸிவை எடை போட்டு விடுவான். தூக் கிரைத உணர்வும் அதிகம் இயற்கையாகவே திட்டமிடல், ஒழுங்காக ஒன்றைச் செய்தல் என பல குணங்கள் இருப்பதால் கல்விவியும் அவர்கள் நிறந்து விளங்குகிறார்கள்.

ஆனால் இருபத்தைந்து வயதுக்கு மேல் அல்லது மன்றது முடித்து வாழ்க்கையில் நுழையும்போது அவர்கள் மிகவும் 'எமோஷன வாக' உணர்ச்சி வசப்படுபவர்களாக மாறி விடுகிறார்கள். அதேசமயம் திறானமாக வளரும் ஆண்மகன் இந்த வயதிற்குப் பிறகு பொறுப்புணர்ந்து செயல்படுபவனாக ஆகிறான். அதேசமயம் தன்னதை தாக்கும்



முதுகுக்குப் பின்னால் ஒரே காரியம் மட் டும் செய்வலாம். அது ஒருவரின் முது கைத் தட்டிக் கொடுப்பதுதான்.

தகவல் - கே.எம். சுப்ரமணியன்

சர்ப்புச் சக்தி மிக்க இந்தப் பெண்ணின் புத்திராவி உணர்ச்சிப் பெருக்கையும் சமாளிக்க வேண்டியவனாகிறான். வேறு வழி யில்லை கைத்தில் இறப்பியே ஆக வேண்டும்" என்று சிரிக்கிறா வாய்விட்டு.

"இதோடு இந்தப் பெண் எனும் புதிர் முடித்து விட்டது என நினைக்காதீர்கள். பெண் எத்தனைக்கெத்தனை உணர்ச்சி வசப் படுவனோ, அத்தனைக்கெத்தனை ஆளுமைத் திறன் மிக்கவனாகவும் இருக்கிறாள். ஒரே சமயம் பருசைப் போல் மென்மை இருமையப் போலக் கூடவும் கொண்டவனாக இருக்கிறாள். அதனால்தான் அலுவலகங்களில் உயர் பதவி களில் இருக்கும் பெண்களிடம் ஒரு வித 'கூடிப்பீயன்ஸ்' இருப்பதைப் பார்க்கலாம். ஐப்பது வயது ஆண் உயர் அதிகாரி மென்மை யானவராகவும் அதே வயது பெண் உயர் அதி காரி கண்டிப்பு மிக்கவனாகவும் விளங்கு வதைப் பல இடங்களில் நீங்கள் பார்க்கலாம். இவர்களை ஒரு குழந்தை தளர்நடைவிட்டு வரும்போதோ, 'வளர்ந்த' தன் மகன் அலுவலக அளவிற்குத் வரும்போதோ மென்மையுமி விடுகிறார்கள்.

இப்படி ஆணும் பெண்ணும் ஒருவரைப் பொருவர் புரிந்து கொள்ள வாழ்க்கை முழு வதும் முயலுவதில் தான் கவாரணயம் இருக்கிறது போலும்." என்றார் அவர்.

இவையெல்லாம் இன்று குரன்வு மாறி வரு கிறது என்றாலும் ப்ரொபஷன்ஸ் கோர்ஸில் பெண்களின் இருப்பு அதிகமாக வேண்டும் என்பதுதான் தமது ஆவல். பல சமூகச் சமூகிகளால் பிணைக்கப்பட்டிருக்கும் பெண்ணின் நிலை கள் மாற வேண்டும்.

தொகுப்பு - மு. சுப்புலட்சுமி, வனநிதா

# மனவியம்

கற்பனை வளம்  
இருத்தால் எக்  
வேளைப்பாடுகளுக்கு அளவே  
இல்லை. எதிலும் ஒவியம்  
வளையலாம். நம் வீட்டு வசதில்  
உட்கரும் மண்ணை எடுத்தும்  
வேளைப்பாடுகள் செய்யலாம். அதுபோல்  
அலுமினியம் வீட்டிலும் ஒவியம் வளையலாம்.

## மனையில் கீரா:

### தேவை:

1) கீராவின் படம்,

2) படத்திற்கேற்ப அளவில் தூர்டு போர்டு

3) நல்ல செட்டியான கருப்பு அல்லது டார்ச்

பெரென்ஸ் துணி (10 நாப ஒன் துணியாக இருத்தால்

நல்லது)

4) பெலிகால், கீபேப்ரிக் பெயிண்ட்,  
ஜல்லண்ட, கிளிப்டர் பெயிண்ட், வெள்ளை  
கார்பன் டிரேஸ் பேப்பர்.

### செய்முறை:

1) கரவத்த மண்ணை தளர்த்து ஜலித்து வைத்  
துக் கொள்ளவும்.

2) 10 நாப ஒன் துணியை தூர்டு போர்டின்  
வழுவழப்பான பரிகம் வைத்து ஓரங்களை பின்  
பக்கமாக மடக்கி பின்பக்கம் துணி மீது மட்டும்  
கீபெலிகால் தடவி போர்டின் மீது ஒட்டி விடவும்.

3) படத்தை கார்பன் வைத்து துணியின் மீது டிரேஸ்  
எடுத்துக் கொள்ளவும்.

4) படத்திற்கு எந்த வண்ணங்கள் கொடுக்க விரும்புகிறீர்  
கரோ அவற்றைத் தமிழ்நாடியே ஜலித்த மனையில் கைநி தளர்த்து  
கலக்கி காவவைத்து வெய்வேறு பளேட்டில் கொட்டி வைத்துக்  
கொள்ளவும்.

5) முதலில் கீராவின் ஆண்ட வளரத்திற்கும்குப் பாகத்தில் கீபெலிகால்  
தேய்த்து எடுத்து வைத்திருக்கும் கவர் மண்ணை அதன் மீது தூவி கருப்புத்  
துணி தெரியாதவாறு நளர்த்த திரப்பி சமமாகிக் கொள்ளவும். பிறகு  
தம்பூரா, வளை ஆகிய இடங்களில் பெலிகால் தடவி கீப்ரென்ஸ்  
கவர் மண்ணை (அல்லது கங்கன் விரும்பத்திற்கேற்ப) சமமாக  
திரப்பவும்.

6) முகம், உடம்பு, எக் இவற்றிற்குக் கவர் பூசாத

மண்ணை ஒட்டி. கள்ள, புகுவம் கிரீஸ்களில் இடைவெளி

ஆகிய இடங்களில் பெலிகால் தேய்க்காமலும் மண்ணை

பரவாமலும் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். அப்படி

மனால் இவ்வீடங்களில் பரவியிருத்தால்

மெல்லிய பரவு, கொண்டு மண்ணை அப்

புறப்படுத்தவும்.

7) கிப் கட்டி. தெயில் பாஸிஷ்,  
பொட்டு, இவற்றிற்கு அந்தந்த இடங்களில்  
பெலிகால் தேய்த்து கவர் மண்ணால் திரப்  
பவும். தெக்வஸ், சாதணி இவற்றிற்குக் கவர்  
பூசாத மண்ணை ஒட்டி அதன் மேல் 'கிளிப்டர்'  
பெயிண்டும் அடிக்கலாம்.

ஏ மணல் நன்கு ஒட்டிக் கொண்டு காயும் வரை படத்தைப் படுக்கப் போட்டு வைக்க வேண்டும். படம் நன்கு காய்ந்த பின்னர் கண்ணாடிக்குப் பதில் பளாவடிக்க வீட்டால் சிப்பரேம் போட்டு, டெக்ரேடிங் பீடிங் கொடுத்து மாட்டவும்.

## அலுமினியம் வீட்டில் விளாயகப் ஒலிப்பை:

தேவை:

1) விளாயகப் படம்

2) மெல்லிய அலுமினியம் வீட் (பெயின்டிங் சாமான்கள் விற்கும் கடைகளில் கிடைக்கும் மெடல் எம்போசிக் வீட் எனது கேட்கவும்.)

3) Anti-rust பெயின்ட் - (ஹாஸ்டீலேர் கடைகளில் கிடைக்கும்)

4) சித்திரவடி மண்ணெண்ணெய்

5) சுப்பாருசு (ஹாஸ்டீலேர் கடைகளில் கிடைக்கும்)

6) மெடல் எம்போசிக் கட்டிக்ஸ். இது மரத்திலேயே அல்லது அலுமினியத்திலேயே பெயின்டிங் சாமான்கள் விற்கும் கடைகளில் கேட்டு வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்.

7) பிராஞ்சர், பால் பாய்ண்ட் பென் (இயக்க காலியரான ரீகிசில்)

செய்முறை:

1) அலுமினிய வீட்டை சுப்பாருசு (அ) குடிசை மீது பின்புறமாக திருப்பிவைத்துக் கொள்ளவும். (பளபளப்பு குறைவாக இருந்தால் அதுதான் பின்புறம்) அதன் மேல் விளாயகப் படத்தை வைத்து நான்கு பக்கங்களிலும் விரிப் செய்து படம் வீட்டிலிருந்து தவிர்த்து வந்து செய்து கொள்ளுங்கள்.

2) பொதுமையாக பால்பாயிண்டு பேண்ட் வால் அழுத்தமாக படத்தின்மீது வரைந்து கொள்ளுங்கள். அழுத்தி வரையா வீட்டால் அலுமினியம் வீட்டில் இடம்பிராஞ்சர் விழாது.

3) விளாயகரின் வலிந்து. கை, கால்கள்.

பீடம், மூகம் ஆகியவற்றை தனித்தனியே 100 க் 300 க்குக் குகனால் நன்கு அழுத்த தேய்த்து விடவும். தேய்க்கும் பொழுது வீட் பெட்டின் மீதே அல்லது குகலின் மீதே வைத்துக் கொள்ளவும். அப்படி வைத்துக் கொள்ளா வீட்டால் முன்புறம் எம்போசிக் ஆகாது.

3) உருவத்தின் குறுக்காக இடங்களுக்கு குறுக்காக 'ridge' உள்ள ஸ்டிக்கை உபயோகிக் கவும் தேய்க்கும் பொழுது strokes ஒரே பக்கமாக இருக்க வேண்டும்.

4) முழுவதும் எம்போசிக் செய்த பின்னர் முன்பக்கம் திருப்பி விளாயகப் உருவத்திற்கு வெளியே வீட்டில் பால் பெண்ணால் வேலாக போட்டு பொட்டாக அழுத்தி விடவும்.

5) பின்னர் Anti-rust பெயின்ட் ஒரு சொட்டு எடுத்து அதில் சித்திரவடி மண் ணெண்ணெயைக் கலந்து தவிர்த்து செய்து கொண்டு மூகம், வலிந்து, கை, கால் இப் பகுதிகளில் ப்ரஷினால் பெயிண்ட் செய்யவும். பெயின்ட் காய்முன் சித்திரவடி சுப்பாருசை பீய்த்து அதை பெயின்ட் ஒத்தி விடவும். (சுப்பாருசு செய்லாவிட்டால் பெயின்ட் எகக்) இடங்களுக்கும் பரவும்) உடம்பிற்குக் கலர் மிகவும் 'ஸலட்டாக' இருக்க வேண்டும்.

6) வேட்டி, பீடம், கிரீடம் ஆகியவற்றிற்கு உடம்பின் கலராவில் கொஞ்சம் டாராக்ஸாக அடிக்கவும் (பெயின்ட் அதிகம் எடுத்து மண் ணெண்ணெயை குறைவாக்கிக் கலந்தால் டாராக் கலா கிடைக்கும்) பெயின்ட் அடித்த உடல் சுப்பாருசால் ஒத்தி விடவும். பெயின்ட் காய்ந்த பின்னர் 800 ப்ரஷினால் படத்திற்கு அவுட் ஸைட் வரைவடிவம்.

7) அவுட் ஸைட் காய்ந்த பின்னர் தட்டை என்ன ப்ரஷினால் பெயின்டில் தேய்த்து படத்தின் வெளிப்பக்கத்தில் (அவுட்) எழுதுவதற்கு வெளியில் திக்மாக பூசவும். பெயின்ட் நன்கு காய்ந்த பின் டெக்ரேடிங் பீடிங் அடித்து மாட்டவும். இதற்குக் கண்ணாடி போட வேண்டிய அவசியமில்லை.

— ராதா வாகதேவன்

உறவினர்கள், தண்பர்கள் என்று வாய் நம் வீட்டில் தங்கினாலும் பாதகம் ஸ்விட்ச் கண்டு பிடிக்க இரவில் சிரமம். இதைத் தவிர்க்க பள பளக்கும் குட்டிப் கொம்மை ஸ்டிக்கை அதை ஸ்விட்ச் மேல் மட்டும் ஒட்டி விட்டால் இரவில் பளபளப்பாய் அணைபாணம் கிட்டும்.

— வி. மஞ்சனா



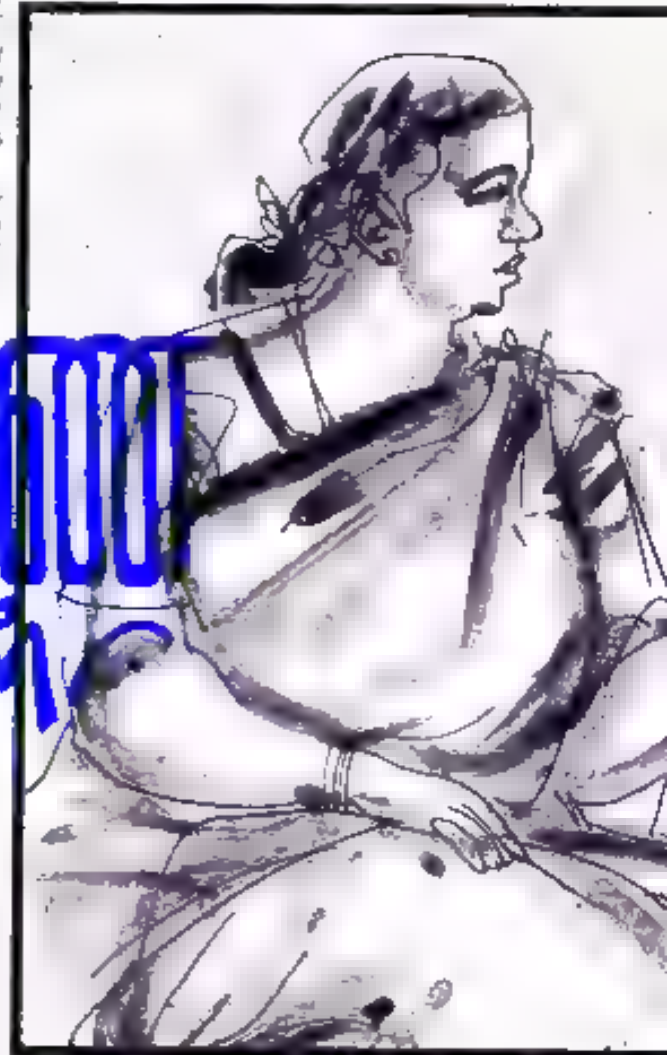
மூ

யில் கீற்றைப் பிளந்து, தீசு, தீசு குச்சிகளாகி, அந்த சுத்தியால் மெல்ல மெல்லச் சிலி வழுக்கும் வண்ணம் தெய்வம், எல்லா தூதரால் பிணைத்து அரை வட்டமாகி அழகான பத்துவகை தானே உருவாக்கி அதில் சித்தியமல்லிக் கொடினைப் படர விட்டிருந்தார் சாம்பசிவம் வெணிக் கேட்டவத் திறக்கும்போதே மல்லிகை மணம் குப்பென் லறவேந்தும் "பூக்களில் வண்ணமதான் அழகு, ஆனால் வண்ண நிறமற்ற மல்லிகைவின் வாசமதான் தெங்க அடிக்கிறத" என்பார் சாம்பசிவம். மாலை நேரத்தில் விரிவக்காத்திருக்கும் அருமையான சோலையே சேர்த்து கொள்வார்.

சீதா புதித்த மலர்களை மாணவர்கட்குத் தோடுக்கும்போது, "இது மட்டும் ஏன் எனக்கு வரவில்லை. பெண்களுடைய விரலில் ஏதாவது எலக்ட்ரிக் குத் தெரியாத தந்திரமிருக்கா" தீங்கள் மட்டும் எப்படி இவ்வளவு வேகமாகப் பூத்தொடுக்கிறார்கள்" என்று அவ்ளருகே அமர்ந்து அவன் விரல்களை பூவுடனும், தூதுடனும் நடனமிடுவதை வேடிக்கை பார்ப்பார்.

பத்தலில் மூன்று தான் மல்லிகை வாழிக் கிடந்தது. "ஆமா, இப்போ பூ பறிக்காவிட்டால் என்ன ஆகிவிடும்!" என்ற அலுப்பு சீதாவின் அலட்சியத்தின்

# கவியாண வெண்கல்



வெளிப்பாடாக வந்தது. தீபா இரட்டை ஜோடி குழாய்க் அவன் முன் தின்றான். "என் தலைவிலே பூட்டித் தூதிப் பூ வைக்க மாட்டியா?" என்று கேட்டான் "பூட்டித் தூதிப் பாடிமுடிக்க, உன்னை தலையாவே கெடுத்து வச்சிருக்கான்" என்று சீதா சொம்பல் முறித்தாள். சீதா கோரத் துத் தரும் மல்லிகைப் பூவை "இதோ ஒரு கிராமம். அதோ இன்னொன்று இரண்டுக்கு நடுவிலேயும் பாவம் கட்டி இன் பாகு" என்று சாம்பசிவம்தான் அவ னுக்கு இருபுறமும் டயர் காலைடுத்து பூவைத்து விடுவார். இப்போது அவரை சீதா சூதை கூறவும், தீபா "அப்பா ஒன்னும் என்னைக் கெடுக்கலை. நீதான் கெடுத்தே வெய்வெய்வே" என்று அழகு காட்டினாள்.

சீதா மிகவும் சோர்வாக உணர்ந்தாள். உடம்பு மனம் இரண்டிலும் காத்தலில்லை. அழுகை பொங்கிப் பொங்கி வந்தது. சாம்பசிவம் இல்லாதது கையும், காலும் ஒவந்தார்ப்போல் இருந்தது. அதே சமயம், "ஆயாம் இவர் ஏதோ பத்து தான் வெளி தாடு போய்விட்டதால் உலகம் முழுகி விட்டது எனவே?" என்று சூன் கொட்டிக் கொண்டான்.

"என்னா, சீதா, ரொம்ப ஜாக்கிரதா உட்கார்த்திருக்கே" மாமன் மகன் வரதாசுவரின் மனைவி



மங்கையர்க்கரசி சேட்டைத் திறத்தபடி உன்னை வந்தாள். உடன் ஆறு வயதாகும் கடைசிப் பையன். கட்டெரிக்கும் வெளியில் புல், புல்லென்று மூச்சிறைக்க வந்துவ சீர்தவந்த தூக்கிக் கொண்டு வந்தது பார்க்கப் பரிதாபமாக இருந்தது. "என்ன மங்கை அக்கா, இப்படி மூச்சு வாங்கிட்டு வந்தீங்க... இருங்க ரசனா கரைச்சிட்டு வந்தேன்..." சீதா எழுந்தாள்.

மங்கையின் மகன் கைவாழ் தீபாஷடன் விண்ணாடல் செல்ல சீதாவும், மங்கையர்க்கரசியும் இவ்வாறையே சாத்தது உடையதாராகள். "சீதா, நீ தேவனுமையே ரொம்ப அநிர்ஷ்டம் செய்திருக்கீக. கணக்குப் போற அவசரத்திலே கூட உம புருஷன் அவ்வளவு தூரம் வீடு தேடி வந்து, "சீதா தூயியா இருக்கா, அவ பவந்த கபாலம், முடிஞ்சோட போய்ப் பாருங்க. எனக்கு மனசு நிம்மதியா இருக்கும் என்று கெஞ்சறாரு. ஆமா...

இவர் பொருசாதியை காக்கா, குருவி தூக்கிட்டுப் போலிடுமனு பயமாகும். நீ முன்னைப் போல இருந்தாலும் காக்கா, குருவி தூக்கும் இப்பத்தான் நீயும் எங்க கூட்டத்திலே சேர்த்த கூட்டமே" என்று சீதா உடல் தெறியிருப் பதைக் குறிப்பிட்டு சிரித்தாள்.

பல மாறிங்களதைச் சேர்ந்தவர் களுடைய பழக வாய்ப்பிருத்தாலோ என் னலோ மங்கையிடம் பரத்த மனப்பாங்கு இருந்தது. குதிகை காண்பிப்பது, பிறரைக் கண்டு பொறாமைப்படுவது போன்ற அப்பத்தனங்கள் கிடையாது. "உம் புருச னுக்கு அக்கா, தங்கைகள் எல்லாம் பக் கத்திலே இருக்கும் பெண்கள் ஸகலா



## உஷா சுப்ரமணியன்

வழியை தனதாலே புரிந்து வைத்திருக் கிறார் பாடுகள். தமக்கு நம்ம பிறத்த விட்டு மனுஷங்க பக்கத்திலே இருத்தாத தான் பாததமாக இருக்கும் போலிருக்கு. சீதா, உங்க விட்டுக்காரர் உள்ளை தல்லா வாதிலையே வச்சிருக்கார் போல இருக்கு. முன்னே பார்த்தது போல இல்லாம விட்டிலே திறைய சாமான் வாங்கிப் போட்டிருக்கீங்க. கார கூட வாங்கியிருக் கீங்க போலிருக்கு. உன புருஷனுக்கு திறைய வநுமான்மா சீதா?"

"இல்லங்க அக்கா, ஒரு வருஷமா அவா கையை விட்டுத்தான் செலவழிச் சுகிட்டிருக்காரே நல்ல, வநுமபடி ஏது மில்லை இப்பக் கூட பெரிய ஆர்டர் வந்ததுக்கு ஏதோ 'லோன்' எடுத்துத்தான் சாமான் அனுப்பியிருக்கார். எனக்கு

அவ்வளவு தூரம் விலாமாகத் தெரியலலை"

"இருந்தாலும், நீ ரொம்ப அநிர்ஷ்டக்காரி சீதா- உனக்கு தல்லா வாழ்வு அமைஞ்சதுவே உங்க அண்ணனுக்கும் எனக்கும் ரோம்பிய சத்தோஷம். அதனதைய்மா இறந்தப்ப நீ போக இடமில்லாம அழுதுட்டு தின்னப்ப உங்க அண்ணன் என் கையைப் பிடிச்சிட்டுச் சொன்னார், "மங்கை, வீடு தம்மதுதான். ஆனாலும் எங்களுக்கு எவ்வளவோ செய்திருக்கற அத்தனை மக சீதாவை என்னாவ விட்டை விட்டு வீரட்ட முடியாது. நீயும் அவனை வீரட்டக்கடாது. அவ னுக்குத் தங்க இடமில்லாம போலிடிச்சன்னா, அவபாட்டுக்கு இந்த விட்டிலேயே அவன் பெண்

கோட இருத்துக்கட்டும் அவளால் முடிந்ததா ஏதாவது வேலை செய்து சம்பாதிக்கட்டும். இல்லை, கூடுதலாக, கூடுதல் நேரம் குடிக்கிறது அவளும் குடிக்கட்டும்" அப்படித்தான்.

இப்போ நினைச்சப் பார்த்தா, நல்லவேளை உனக்கு அப்படி ஒரு திணை வரலாமல்லவோ சத் தோஷமா இருக்கு. என பசுவகனா சென்றால் ஸ்கூலே சேர்த்திருக்கேன் ஸ்கூல் பீஸ் குறைவுதான். ஆனாலும் பிவிட. ரிக்காரன் சம்பளத்திலே பஸ் சார்து, புஸ்தகங்களு நூக்க முட்டுது என் கூட இருத்திருந்தீர் உன் பொண்ணு கார்ப்பேரேஷன் ஸ்கூலுக்குத்தான் போயிருப்பா. இப்போ பாடு 'ஜம்'முறு காண் வெண்ட பள்ளிக் கூடத்துக்குப் போய் வா... உனக்கு ஏதோ ஒரு அதிர்ஷ்டம் அதுதான் சொல்லுறது மருகனும் நல்லவரா அளவிறு கட்டாரு. வாழ்க்கையும வசதியா மாறிடக்க..'

"ஏன் மயங்க அக்கா, ஒவ்வொருத்தரும் எனக்கு ஏதோ விடைக்கக்கூடாத வாழ்வு விடைக்கட்டா மாநிரிப் பேசறீங்க?"

"கிணைக்கக் கூடாத வாழ்வில்லையா ம. சாதாரணமாகக் கிணைக்காத வாழ்வு இப்போ கணியே எங்கக்கா இருக்காளா கல்யாணமான் எட்டாவது மாகம் மார் பேசுவாசேயோ கேட்டு ஜலியேக்கட்டுக் காணாமல் அடக்கவேண்டுமோ அத்தான் பொண்ணாத்தான் திருமதி வந்தா ஊரா அத்தனாவதும் ஒட்டுவொத்த மாக் சேர்த்து பூங்கோளையோட லாக்கா ராசி தான் இப்படிக்காக்கணு பறி சொன்னாங்க. புத்தக வீட்டிலே ஏக்கா, பேசுகாமாகப் படாத பாடுபட்ட பொறாவு எங்கப்பா வீட்டுக்குக் கூட்டியாந்தாரு பள்ளனாடு கிணை படிக்கா கிராம செலிகா பழித்தி எடுத்து சொல்ப சம்பளத்துக்கு வேலை செய்யறா பூங்கோளத் தமம் எல்லோனாயும் விட தெறும். அழகு எக் கார்டே கூட ஆவாறும் அவளாகக் கூட்டிக்க வலவாவது வந்தாவா என்ன நமம் நாட்டுலே தான் தங்கித்தை சவாண, சவாண அன்னிக் கிட்டு களளி கழியாத பொண்ணாங்க மடசம லட்சமா கத்திருக்காங்கனே ஒழுத்திரோட வாழ்ந்தவனாக் கட்டற மனாக எத்தனை ஆம்

பின்னகளுக்கு இருக்கு. உம்புருள போல ராரோ பெத்த மக்களைத் தன் மக்கள தெனவக்கக் கலியாணம் செய்துக்கற மனாக வலவாக்கு வரும்."

"போதும் என்னவோ ரெண்டாம் கலி யாணம் செய்துக்கறது பெரிய விஷயமா மாநிரி ஒவ்வொருத்தரும் பேசறீங்க."

"பெரிய பணக்காரங்க, சினிமாக்காரங்க எல்லாம் கலியாணம், விவாகரத்து, எல்லாபே கலப்பாய் பணாங்க. ஆனா நயமம் மாநிரி நடுத்தர வர்க்கத்திலே இன்னிக்கும் பொம்ப ணைங்க பாடு கஷ்டம்தான். மொத்தம் கலி யாணம் ஆகுறதுக்கு கஷ்டம். அப்படியே ஆயிடிச்சுன்னா, புருஷனோட நலவது, கெட்டது எல்லாத்துக்குமே இளதான் பொறுப்பு எவ்விராப்பல பறி தப்பித்தவறி அத்தப் புருஷன் செத்துட்டானா, அந்தப் பழியும் இது மேலதான் என்னவோ போ..."

அவளுக்கு கொண்ட மங்கைக்கக்கரி தன்னுடைய வாழ்க்கையிலேயே தான் சந்தித்த பல் துன்பங்களையும் விவரவாரியாகக் கூறி ளாள். இம்மயமலாப் பகுதியில் நடுங்கும் குளியில் டென்டிஸ் தங்க யோஷாடிருந்தது. டீர்பட்டியில் சென்ற களவா இரண்டு மாரா திருமயாமல் போளபோது மானக் கூடத் தெரி யாமல் தவித்தது. நடுவில் நாலாக ஆண்டுகள் கணவனாகப் பார்க்காமல் கழித்தது. டீராவல் பரில் வசதியற்ற களகளில் வசித்தது. இப் போது குழந்தைகளுக்காக சென்னையில் தனியே குடித்தனம் போட்டு வாய்க்கும், வசித் துக்கும் போதாமல் கஷ்டப்படுவது என்று

"உங்க அண்ணன் கபரவத்திலே நல்லவர் தான் ஆனாலும் வாழ்க்கையில் அடுத்த தான் என்ன நடக்கும் என்று புரியாத நிலையிலுள்ள மீதிமற்ற பிவிடரி வாழ்க்கையிலே படிக்க எல்லாக் கெட்ட பழக்கங்களும் அவருக்கும் கூண்டு"

"அப்படித்தான், என்ன கெட்ட பழக்கங் களாக் சொல்றீங்க அக்கா?"

"தங்கன் திணை மறக்க சம், கிடைத்த இடத் தில் பெண்கள் அவங்களைக் குற்றம் சொல்



பட்டு மாவை இடித்து, சலித்ததும் தேவையான அளவு சீனியும், தேய்காய்ப்பூவும் கலத்து வைத்து விடுங்கள். கால் மணி நேரம் கழித்து, அதை ஆரஞ்சு ஜூஸ் பிழியும், ஜூஸின் மூடியை தவிர கீழாக வைத்து, நடு பகுதியில் மாவை நிறைத்து, நிறைத்து கலித்தது எடுத்து இட்லித் தட்டிய வைத்து வேகவைத்து எடுக்கவும். இது வரி, வரியாக டிஷன் போட்ட கோழை போல் பாக்க அறக்க இருக்கும். குழந்தைகள் விசும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

- அஞ்சலி



# ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்

18, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தார்,  
சென்னை- 600 083. தொலைபேசி : 2376129



## ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர்: வணக்கம்

நம் சக்தி பீடத்தின் ஊரில் கடத்த ஒன்பது ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ சாமவிரும்புணர் சேவா குருகுலத்தின்" தாய், தந்தையற்ற, வசதியற்ற, திக்கற்ற 50 மாணவர்களும் 20 மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழியாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பசுவர்க்குத பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை, மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன் உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்த்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ சாமவிரும்புணர், கலாபி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமூகாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

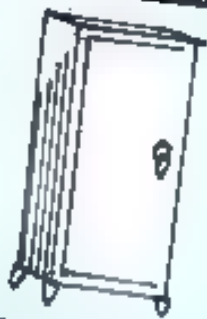
இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு குழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே, தாங்கள் இப்புகளிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியை செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

காலை சிற்றுண்டி ( 70 பேருக்கு )	ரூ. 500/-
மதிய உணவு ( இனிப்படன் )	ரூ. 1,000/-
இசை சிற்றுண்டி	ரூ. 750/-
இனிப்பு மற்றும் பசு வழுக்குதல்	ரூ. 300/-
ஒரு மாணவனுக்கு ஒரண்டிற்கு கல்வி உதவித் தொகை	ரூ. 1,000/-
ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஒரண்டிற்கு ( உணவு, உடை, கல்வி )	ரூ. 8,000/-
குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ. 40,000/-

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம்.

உங்கள் நன்கொடைகளை "ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்" என்ற பெயருக்கு Cheque/DD/ MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்  
கலாபி சர்வாத்மாவனந்தர்.



திறிய பிரித்து வைத்திருப்பவர்கள் திறைய பொருட்களை உள்ளே வைக்க இயலவில்லை என்ற கவலை வேண்டாம். தொக்கு வகைகள், உலர் சட்டை வகைகள், பொடி வகைகளை திறுதிறு பிரித்துக் கையில் போட்டு சப்பப் போண்டாக் கட்டி பக்கம் கதலில் செருமி விடவும். எளிதில் எடுத்துக் கொள்ளலாம். இடமும் தராமலாக இருக்கும்.

— எம். ஜெயபதி

லவே முடியாது. அவங்க வாழற வாழ்க்கை, செய்யற தொழில் அப்பிடி. வருஷக் கணக்கா பெண்டாட்டியைப் பார்க்கக்கூட முடியாது. தன் சொத்தக் குழந்தைகள் முகம் கூடத் தெரியாது. எவ் ரெண்டாவது மிளவண தந்தி பிறந்து ஒரு வருஷம் கழிந்த பிறகுதான் இவா குழந்தையை முதன் முதலாய் பார்த்தார். பெத்த தாயாா உசிருக்கு மயறாடிக் கொள்ளிக்குப் பாங்க. ஒரே மகனுக்கு செய்தி கூடத் தெரிவிக்க முடியாது. வரறகளை ரொம்பக் கஷ்டம் ஊரிலே பெண்டாட்டியாவது, தன் மனுசங்க, சாதி, ஜனம்னு ஒள்ளளாயிருப்பா, அய்லளவு வெறுமை தெரியாது ஒரு பொஸ்ஸு கூப் பிட்டா, போயிட்டேன் மயங்க, மய்ளிச்சிடு, என்னால கடலுப்படுத்த முடியல்லைன்னு அபூலா. 'பரவாயிளைய விடுங்கன்னு' சமா தானம் செய்வேன்."

"சே கண்ட பொம்பளையோட புருஷன் போலறதை அதுமறிப்பீய்க்கார், அதே காரியத்தை நீங்க உங்க ஊரில் செஞ்சா ஆனா பிள்ளைங்க கயமாயிருப்பாங்கனா!"

"உள்ளைத்தான். நான் அவரை மன்னியப தனால அவர் செய்யற காரியம் சரியை அர்த்தமில்லை. சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையில் மனுஷன் எத்தனையோ அனுபவங்களுக்கும், சபலங்களுக்கும் உள்ளாகிறான். அதெல்லாம் பெரிசு பண்பாடும் விட்டுட்டா வாழ்க்கை கலப்பறயிரும்து சொல்றேன். அவ்வளவுதான். தனியா வாழற பெண்களிலும் எவ்வளவோ

பேருக்கு வெளி உதவுகள் இருக்கு. ஆனா, அதை நதரியமாக அங்கணால ஒத்துக்க முடியாது. தான் தப்பு செய்தாக் கூட, விபுருஷன் என்மிட்ட சொல்லி அழறாப்பல, என்வால அவர் கிட்ட சொல்ல முடியாது. ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் எத்தனையோ விதமான ரகசியங்கள் இருக்கும். இது எல்லாவற்றிற்கும் மேல் வாழ்ந்துட்டுப் போறதுதான் வாழ்க்கை."

மயங்க மாலை வரை பேசிக் கொண்டிருந்தான். சீதா பம்பாய் ரைவையை வறுத்து கேசரி செய்து குழந்தைகளுக்கு டிபன் டப்பாவில் கத்தான் "மயங்க அக்கா, ஸ்ராவீற்றுக்கிழமை நாளே தீபாவளி அனுசகக்கிட்டு திருவாள மிஷ்டுக்கு வாரிறேன். அங்கயும் வந்து எத்தனை மாசமாவுது."

"நான் கூட நினைச்சுப்பேன் சீதா நம்மம்ப் பாகக் கார்தே இல்லையென்று அப்பறம் சான் தாளம் செய்துப்பேன். குடும்பத்திலே அவளுக்கு அட்டன்ட் செய்து கொள்ள நிறைவுடையம் தேவைப்படுமும். வாழ்ந்து அழிஞ்சல் ஆனாலும் புருஷன் புதிக். வீடு, வாகன் புதிக். அவங்க மனுஷங்க புதிக். இதனையும் சமாஸிக் பிறகுதானே பிறந்த விட்டு மனுஷங்களைக் கவனிக்க முடியுமனு நாவே சமா தானம் செய்துப்பேன். கேட்கறேன்னு தப்பா நெனைச்சுக்காதே சீதா உன் புருஷன் நல்லவ ராகத்தான் தெரியறார் இருந்தாலும், உன் குழந்தை கிட்ட அப்பாய் பழகறாரா? ஏன்னா, நான் பார்த்தவரையிலே ஆர்மிகாரங்க, நினைவு போர் விவாகரத்தானவங்க, விதவை கன்னு கலியாணம் செய்துப்பாங்க. ஆனா, வேதொருத்தனுக்குப் பிறந்த குழந்தையை ஏததுக்க ஸட்டாங்க. குழந்தையை ஸ்ராவ்டல் போர்டிங்ல சேர்க்கணும்து கண்டிஷனோடத் தான் கலியாணமே செய்துப்பாங்க. உன் புருஷன் தீபாவளி உங்க கூட வைக்கக் கொள்ள சம்மதித்தது பெரிய விஷயம். ஆனாலும் வெறுப்பு கூடட்டாம் இருக்காரா?"

"வெறுப்பா?" சீதா திளைத்துடன் "தீபாவுக்கு என்னாவா அவார்தான் ஓத்தி. அப்பா, அப்பா என்று உன்னா விரிவா. எங்கலுக்கு அனுசக் கிட்டிப் போறது. நாடம் சொல்வீத் தரது எல் லாமே அவருதான்."

தீபாவுடன் வெளியே வந்த கைலாஷ், "அம்மா, தீபாவுக்கு அவங்க அப்பா கம்ப பூட்டர் கூ கற்றுத் தந்திருக்காரா. நான் அவ கூட கம்பபூட்டரில் கேள் வினையாடினேன்மா..." என்றான்.

மயங்கயாக்கிரமி தீபாளின் கன்னத்தை வழித்தான். "தீ உங்கமாவை விட அதிகரிஷ்டக் காரி ம" என்றான்.

"சீதா, ஒரு ஆண்பிள்ளைகிட்ட நீ பட்ட கஷ்டம் போதுமமா... இளியாவது சந்தோஷ



மாக இரு." என்று விடை பெற்றான்.

மங்கைபுடன் பேசும்போது இருந்த மகிழ்ச்சி அவள் சென்றபிறகு தொடர்வில்லை அமெரிக்காவிலும், கண்டாவினும் பெண்கள் உருக்கி வைத்த மெழுகுப் பொம்மை கணக்கா, மார்க்கா நிமிர்ந்தி தடக்கறவங்க தூறபது வயசுக்காரி கூட இருபது வயசு பெண் மாநீர் பராக போட்டுக்கிட்டு உடம்பைக் காட்டிக் கிட்டு கத்தறாங்க. சாம்பலிலும் ஏறகெனவே கூறியிருக்கிறார். தூற்பது வயது வரை தனிவாச வாழ்ந்த ஆண்பிள்ளை வாழ்க்கையில் பெண்கள் இல்லாமல் இருக்க முடியாது என்று. இப்போ மறுபடியும் தனிவாச வெளிதாடெல்

தானை மறுதலிவிடுத்து சீர் ஆரம்பமாகிவிடும் ஹில் டீப் இன் டட்... நியாயவாயும், உன்னை வும் கவனிச்சுக்கோம்மா."

உத்த சில நினைக்கனாக தோ அவரிடம் நடந்து கொண்ட முறைக்கு அவர் அவருடன் பேசாமலே இருந்திருக்கலாம். ஆனால் சாம்பலிலும் கணவன் என்று தன் உடம்பைப் மறந்தவரால் இது தோவுக்குப் புரியாமலும் இல்லை. ஆனாலும் அவனால் சூழப்பதிலிருந்து மீள முடியவில்லை.

திருமணம் ஆண் பெண் இருவருக்கும் அவிக்கும் விஷயங்கள் பாதுகாப்பு உணர்வு, பொருளாதார பலம், அன்பு, தோழமை, உடல் உறவு, சத்தி வளர்ச்சி இவையே. இருவர் இணைந்துதான் வாழலில் இவற்றைப் பெற வேண்டும் என்று அவையியல்களால், சப நம் பீகை உடைய ஒருவரால் சத்தி வளர்ச்சி தவிர அதனைவும் திருமணம் என்ற பந்த மிவறியே பெற முடியும் இது ஆண், பெண் இருவருக்கும் பொதுவான உண்மை. சாம்பலிலு னால் திருமணமின்றி இதனை நான் வாழ முடிந்தது இனிமும் முடியும். தோவால் சாம்பலித் வாழ்வதை தொடரவே முடியாது. காரணம், அவன் தன்னை வளர்த்துக் கொள்ள வாய்ப்புகள் கிடைக்கவில்லை. சுழந்தாய்க் கட்டுப்பாடுகள் அவன் பரிணமிகள் வறியின்றியே அடக்கிவிட்டன. அவனைப் போலவே வளர்த்த தோவின் வாழ்வில் மாறுபாடுகள் தோன்றக் காரணமாய் இருந்தது அவன் பெற்ற உலக அறிவு அவன் மன வளர்ச்சி சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையால் விரிவு பெற்றது என்று சீதா தனக்குக் கிடைத்துள்ள வாய்ப்பைப் பகைபடுத்திக் கொண்டு வாழ்வில் வாழப் போகிறாள் அல்லது பருகுமியில் கிடத்தபடியே மனலிவறி கிட்டவாகளைப் பார்த்துப் பொறுத்த தன் வாழ்வைத்தானே விஷயத்துக் கொள்ளப் போகிறாள்?

சூழிய வாழ்க்கை என்பது கூட உறவினர், நண்பர்களுக்குத் தெரிந்த திறந்த புத்தகமாக இருந்த காலகட்டத்தில் வாழ்வைப் புரிய வைக்கும் முதிர்ச்சியுடையவர்கள் எண்ணம். மனனம் உறவில் விரிசல் வராமல் சூழி, மறைந்ததுடன். ஆலோசனைவும் வழங்கினார். இன்று தனி மனித உறவில் வெளி மனிதர் கூடாக இருப்பில்லை எனவே முதிர்ச்சியற்ற பல முடிவுகள் எடுக்கப்படுகின்றன. பல அவ சர முடிவுகள் குடும்ப அமைப்பையும் சூழ்நிலைகள் தவறையும் பாதிப்பதாகவும் அமைந்து விடுகின்றன. தல்ல. பண்பாடு பெண்ணாக தோ மாறுவது எப்படி?

தாழ்வு மனப்பான்மை இருபுறம் நீட்டிய கந்தி போன்றது. தாழ்வு மனப்பான்மை மனிதன் வளர் வகைக்கும் சகதி படைத்தது.

இரண்டு மின்கால் வந்தல், கொஞ்சம் பெருங்காலம் இவற்றை வறத்து ஆத்தடன் சிதிது உப்பு சேர்த்துக் கொண்டு அதனுடன் நான்கு கட்ட அப்பனத்தையும் சேர்த்துப் பொடிசுக்கிக் கொள்ளலாம். இந்தப் பொடிசை சாதத்தில் போட்டு நெய்யோடு, நக்கென்கைகளோடு கலந்து பிசைத்து கொள்ளவும். வித்தியாசமான சூரிசுடன் அப்பன சாதம் தயார்!

- கச்சி பொன்னுசாமி



லாம் செல்லும்போது பழைய உறவுகளை தொடருமா? அப்படியானால் அவன் கதி?

"தப்பு செத்துவிட்டேன் நான். அவரைத் தனிவாச மறுபடியும் அமெரிக்கா போக அனுமதித்திருக்கவே கூடாது. அப்போ வருமானத்துக்கு என்ன செய்வது? ஆமாம் இந்த வாரில் இத்தனை ஆண்பிள்ளைகள் மேலை செல்லவில்லையா என்று. படிக்கவந்தானே, ஒரு வேலை கிடைக்காதா என்று?

நியூயார்க் சென்றடைந்தவுடன் சாம்பலிவந்திடமிருந்து போஸ் வந்தது. மிகவும் அன்றது பேசப்பட்ட தொடர்பு. "சீதா, நான் நியூயார்க் வந்து சேர்ந்து விட்டேன். இங்கே என் நண்பர் வசத்த் வீட்டில்தான் இருக்கேன்.



நாம் என்னதான் வெங்காயத்தைப்  
பொடியாக அரித்து போட்டாலும்  
(உப்புமா/பொசியல் தலிசு) அடை, லடை,  
பொண்டா மற்றும் வெங்காய ரவா  
தோசைக்குச் சேர்க்கும் வெங்காயம் சில  
சமயம் அப்படியே பச்சையாக சரியாக  
வேகாமல் இருக்கும். இதைத் தவிர்க்க  
வெங்காய வாகனம் இன்னும் மணக்கச்  
செய்ய தறுக்கிய வெங்காயத்தைச் சிறு  
தீயில் துளி எண்ணெயில் வாட்டிப் போட  
அபரமாய் இருக்கும்.

- லக்ஷ்மி ஸ்ரீனிவாசன்

பார்வையற்றவர்களுக்கு இளைசு அளம்பரமான  
னாக மற்ற வழிகளுக்கு இது அழகான பெண்  
மேரிய விடுவார்களாகச் செய்கிறது எனக்குத்  
தர்ப்பு மனப்பார்வையின் தரும் விஷயத்தை  
விருட்டிவிடப்போக என்று மனநிலை போராடும்  
போது அழகியவமான சாதனங்கள் உருவாக  
கின்றன.

அதே தாழ்வு மனப்பார்வையினால் மனி  
தனைக் கொடுமை செய்கிறவர்களாக நேர்ச  
மனை சூழ்ச்சிக்காரனாக, அங்கங்காரும், பெண்  
மையம் கொள்வா என்கிற மாற்றுகிறது. தங்களை  
விட உயர்ந்தவர்களாக எப்படிச் சுவீகரிக்கலாம்  
என்று திட்டமிடுகிறது. நாம் உயரமான மேன்மை  
தங்க உலகைப் பறியாதுமே வெளித் தங்கை தூக்கு  
தெது இந்த வெறுப்புணர்ச்சியின் முதல காவ  
தானே என்று புரியாமல் வெறுமையாகப் போகு  
கிறது

**லோ** குடும்பம் சாம்பிவெழும் ஒரு பரிசில்  
தனியே அமர்ந்திருக்கலாம். எத்தனையாண்டு  
நித்பு அங்குக்குடையது. இருவருமே வெகு  
சாதாரண குடும்பச் சூழ்நிலையில், சொந்த  
முயற்சியால் உழைத்து முன்னுக்கு வந்தவர்கள்.  
வாழ்க்கையில் சில கொள்கைகளுடன் வாழ்  
பவர்கள். இன்று சகலங்களும் கூட.

சாம்பிவெழின் விரல்கள் கண்ணாடி

கோப்பையில் தயக்கத்துடன் திரைநிட்டை.  
"லோகு, என்னாவ சிதாஸைப் புரிந்து  
கொள்ளவே முடியவில்லை முதலில் எங்கேயோ  
உறவைத் தொடரவே வாய்ப்பட்டா. பிள  
என்னமே சரியாகி, ஒரு அழகான வாழ்க்கை  
துவங்கி சந்தோஷமாகத்தான் இருந்தோம். அவ  
எந்த விஷயத்திலும் பின் தங்கக் கூடாது.  
வெறும் சனமயந்தரையாகவும், வேலைக்காரி  
யாகவும் இறக்கக் கூடாது என்று நான் அவளை  
ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் ஈடுபடுத்தினேன். ஐ  
இன்னொருவரின் தேர்வு இன் பிள்ளை. கம்ப  
சூட்டா கறுத்த தந்தை. ஏன், கார்ட்டாவின்  
கூடா சொல்லித்தர ஆரம்பித்தேன். ஆனால்  
அவ திடீரென்று மாறிப் போன போது. திடீரென  
என்னிடமிருந்து வேற்றுமைப் படுத்திப் பிடி  
வது என்னவென்று சொல்ப "அப்போது" செய்து  
விட்டது லோகு... ஐ சரியே லோ அப்போது."

லோகு சாம்பிவெழின் சிதாஸின் நட்புடைய  
"எனம், நீ கொஞ்ச நாள்கள் அவளைப் பிழித்திருப்  
பது நல்லது என்று நினைக்கிறேன். கொட்டி நெரு  
பிடி வாட வலிப்பான ஆவ அடி" - அவர் தான்  
கவாபுலுக்கு என்று நினைக்கிறேன். எங்களுக்கு  
குத் தெரியும் உள் குறிப்பித்தார். அதனால்  
பேரமாய் நீ சிதாவுக்காகப் பணக்கூறு கொள்  
பிடுகிறாய் என்று..."

"உன்னிடமேயே லோகு, நான் சிதாஸை என  
வழிகளுக் கொண்டு வர முயற்சிக்கிறேன் இப்போது  
அவ ஒரு முடிவையேன் வாழ்க்கை வாழ் உத  
வனுமாய் நான் நினைக்கேன் நீயா ஒரு வயதே  
சைவம் எதிர்க்காலத்தில் அவள் நன்றியை  
படிக்கும் தகுதி பெறுவாள். அவளை அருமை  
யாக உருவாக்கலாம் என்று நான் நினைத்தேன்  
ஆனால், அவ மேல் எனக்கு எந்த அரிமைமையில்  
வைத்து சிதா இருக்கிட்டா..."

"அந்த மாதிரியெல்லாம் நினைக்க வந்ததப்  
படர்தே நான் பார்த்தவரையில் பெண்கள்  
யும் சமயங்களில் காரணமின்றியே இப்போது  
வலாக மறி விடுகிறார்கள். என்ன பேச்சு  
திரைத் அதே பிறரை எப்படிப் பாதிக்கும் என்று  
புரிந்து கொள்ளாமலே பெரிசெடுகிறார்கள். பிள  
விளைவுகள் பற்றி நினைப்பதில்லை சிதா  
தானே உள்ளதுடன் வெளிநாடு செல்லலுமாய்  
நினைவாக இருப்பா, நீயாவுக்கு மட்டும் அதை  
வாய்ப்பு கிடைத்ததும் அப்போது அமிகுப்பா..."

"ஆமாம் லோகு... வாழ்க்கை என்பது எல்  
வான்போ படிக்களைக் கடந்த பவமாய் தானே...  
சிதாவுக்கும் வாழ்க்கை அனுபவங்கள் ஒன்றா  
இரண்டா சொல்லு. புலர் கூன்..."

"நேன் சாம்பி, நீ உன்னையிலேயே கிரேட்  
மேன் தான், உன்னைப் போல நுட்பமாய்  
சொல்ப அநிசாயம். கூட்டாயா எல்லாம்  
சரியாகிவிடும்..." இதுவரும் சிறித்தனா.

(தொடரும்)

## BADRI TOURIST

Smt. KALARAJAN

249-D, Pocket C, Mayur Vihar Ph - II, New Delhi - 110091.

Phone : 2471779. Fax : 011-6163736.

1. சானகிராமம்-முக்திநாத் - பத்ரி - கேதார் யாத்திரைகள் - முக்திநாத் 15 days (28வது தடவை) (தீபாவளி காலியில் தங்க அன்ன பூர்ணி தரிசனம்) நியுடெல்வி-ஹெமியசாரன்யம்-அயோத்தியா-கொரக்பூர்-பொக்ரா-கண்டிநதி-முக்திநாத்-காட்மாண்டு-பகபதிநாத்-காசி - அலகாபாத் - நியுடெல்வி.

Starting Date : 08-10-98 Fare Rs. 5,500/- (Helicopter charges extra)

2. பத்ரிநாத் மட்டும் ஹரிதுவார் ரிஷிகேஷ் உட்பட 7 நாட்கள் புறப்படும் தினங்கள் (1) 03-09-98. (2) 12-09-98 Fare Rs. 1,850/-.

3. பத்ரிநாத்-கேதார்நாத்-ஹரிதுவார்-ரிஷிகேஷ் உட்பட 7 நாட்கள் புறப்படும் தினங்கள் (1) 12-09-98 Fare Rs. 2,500/-.

மேற்படி யாத்திரைகள் டில்லியிலிருந்து வரதியான பஸ், நெக்ஸிந்திய பிராமணர்களைத் தவிரிக்கப்படும் உணவு, தங்கும் வசதி (Dormitory) உட்பட, யாத்திரைகள் டெல்லியிலிருந்து கலாராஜன் நடத்துகிறார்கள்.

யாத்திரை பத்ரி கீழ்க்கண்ட முகவரியிலும் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

1. Sh. D. Sounderajan, F-5, Chandra Flats, 43 and 44, Brindavan Street, West Mambalam, Chennai - 33. Phone : 4843986
2. Shri. S. Rajagopalan, Flat No. 8, 8th Main Road, Nanganallur, Madras - 61. Phone : 2342029.
3. Shri R Srinivasan, 136/3 West Colony, I.C.F., Chennai - 35. Phone : 8286391 and 4894442.

காஸ் ஸ்டவ் பயன்படுத்துவோர் கவனத்திற்கு!



காஸ் ஸ்டவ்  
பிரச்சினையா?  
எங்களை உடனே  
அணுகவும்.

எங்களது கிளை  
அண்ணா நகரிலும் 4415117

எல்லா வகையான காஸ் அடுப்புகளும் ரிப்பேர், கிரேடு பெயிண்டிங், குரோமியம் பிளேட்டிங், உதிரி பாகங்கள் மற்றும் தங்கவின் பண்பாடு ஸ்டவ் எடுத்துக் கொண்டு 12 வருட சந்திரவாதத்துடன் தயாரான முயற்சி எடுக்கக் கூடிய ஸ்டவ் தகுதிரோம். மற்றும் தங்கவின் ரேஞ்சர் களில் செய்து தகுதிரோம்.

ஸ்ரீவித்யா காஸ் ஸ்டவ் சர்வீஸ் ஷாப்

7/8, 3வது கிராஸ் ரோடு, கஸ்தூரிபாய் நகர், அகடபாது, சென்னை - 600 020.

ரிப்பேர் செய்ய தங்கள் ஸ்டவ்ளை கொடுக்கும் போது உடனடி உபயோகத்திற்கு மாற்று காஸ் ஸ்டவ் வுடன் தகுதிரோம்.

8/6, வான்கி. நகர் 2வது தெரு, அண்ணா நகர் கிரேடு, (சிந்தாமணி ஆருகில்), சென்னை - 102

# “வ

ரட்டுமாம்மா”

மகரிடம் விடைபெற்றுக் கொண்ட நன்னதவின் குரல் உணர்கிறதில் கரகரத்தது.

“சரிப்பா... உடம்பைப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்” பாசத்தினால் மகனின்

உணர்ச்சி எழுந்தது.

அவருக்கு ஒரே மகிழ்ச்சி. இருந்தும் என்ன பிரயோசனம்?

அம்மா இருக்கும் வரை அவன் மனம் குவியும்படி தாய் விட்டில் சென்று இருந்ததும் இல்லை. தன் மனம் மெழும்படி பெற்றவர் களை அழைத்து வைத்து உபசரிக்கவும் முடியவில்லை.

என்றைக்கு ராகவனின் வகையில் அவனது கையை வைத்து தானா வார்த்து தத்தார்களோ அன்றே அவாகனது உறையையும் தொளைத்து விட்டார்கள். மகன் தூரப் போய் விட்டான்.

ஆசைப்பட்ட போது போக முடியாமல் கணவரின் கட்டுப்பாட்டு வளைபத்தினுள் அடங்கிப் போக வேண்டிய நிலை கெளசல் வாலிந்து.

குரலில் கமறல்.

“என்னவோம்மா... உன் அம்மாவோட திவசத்திற்கு நீ வந்தால் ஆறுதலாய் இருக்கு மென்றுதான்... அம்மாவோட ஆதரவுக்கும் திகுப்பிலாகும்னு கூப்பிட்டேன்... மாப்பிள்ளைக்கு மனதில்லை...” கண்களில் துளிர்ந்த கண்ணீரை துடைத்துக் கொண்டு புறப்பட்ட தன் பெற்றவரைக் காண மனத்தில் பரிதாப

## முற்பகல் செம்பின்...





ராகவனின் கபாவம்... மனைவியை அனுப்பு மாட்டான். தலை திரையுலகுக் கூட முதல் நாள் இரவு சென்று மறுநாள் மனைவி யுடன் திரும்பியவனாகிற்றே... அவன் மனத் திற்கு ஏற்றாத போவ முதல் பிரசவம் கலா பிரசவம் ஆனதால் தாற்போது நாள் போதும் என்று வரச் சொல்லி விட்டான்.

இரண்டாவது பிரசவத்திற்கு தாய் விடு எதற்கு என்று தன் விட்டிய இருத்திக் கொண்டாள்.

பிறந்த விட்டு பாசம் தெருக முட்ட இருந்த போதிலும் ஆளசையை மனத்திலிருந்து துடைந்து விட்டு கண்களில் கண்ணீர் கரந்தாலும் ஏக்கத்தை மறைத்துக் கொண்டு வாழ ஆரம்பித்தாள்.

அது எல்லாம் போகட்டும்



## மதுமதி

தாய் இறந்தானே அப்போது..

தன் தலைவனிடம்... அந்த நேரத்தில் யாரோ ஒரு உறவினர் விட்டுத் திருமணத்திற்குப் போக வேண்டி வந்து விட்டதால் தாயின் முகதரிசன குடி இல்லாமல் போனது.

மகனாகமாக எத்தனை நாட்கள் கட்டையாக தாய் படுத்திருக்க முடியும்?

எரிந்து சாம்பலானாள்.

விடு திரும்பியதும் தாயின் மறைவு செய்தி அறிந்து துடித்துப் பேசிய ஒடினாள். தாயின் சாம்பலைத்தான் பாக்கக் முடிந்தது. அதறி விட்டு அமத வயங்கியோள் என்ன பெண் தென்னாள்.

ஒரு நாளாவது தாய்க்குப் பெண்ணாக அருகில் இருந்து அன்பு காட்டினோமா? பெற்றவளுக்குச் செவை செய்திருப்போமா? வாய்க்கு குடிவாய உணவு கொடுத்திருப்போமா?

பத்து மாதம் வயிற்றில் காத்த கடனை கடுகளவும் கூடி கவிழ்ந்தனவே.. மனத்திற்குச் சமைவாக அல்லவா இருந்தது...

ஒருநாள் முழுக்க அம்மாவதுடன் இருத்திருந்தாலும் திருப்தி தந்திருக்கிறேன். அதற்கு அனுமதி நரவிவனல்லவோ அவர்..

ஏக்கம் தீரவே இல்லை. நஞ் கண்ட சகலவர் கழுத்தில் நீல மால திறந்து விட்டது போல கௌசலயாரின் மனத்தில் ஏக்கம் வடுவாய் நிறை விட்டது.

இப்போதும் அம்மாவோட வருடாந்திர நிவசத்திற்கு மகளை அழைக்க வந்த தந்தை ஏமாற்றத்துடன் செங்கிதார்... பாவம்.

ராகவன் மனைவியை அன்பாக வைத்துக் கொண்டா ளும் ஒருவிதத்தில் பிடிவாதக் காரன். அதுதான் மனைவியை பிறந்த விட்டிற்கு அனுப்பாமல் செய்தது.

தப்பித் தவறி வாய் பேச்சில் 'போய் வரட்டுமா' என்றாலும்

'அங்கே இப்போது என்ன வேலை?' பிறகு பார்க்கலாம்' என்று தட்டிக் கழித்து விடுவான்.

அவளது தாய் வீட்டிலிருந்து ஏதாவது சின்ன விசேஷம் என்று அனுப்பி வந்தால், தன் வீட்டுப் பக்கம் தாளும் கிழமை என்று ஏதாவது காரணம் காட்டி தவிர்த்து விடுவான்.

ஏமாற்றத்தை விழுங்கிக் கொண்டு அவனுடன் உறவினர் வீட்டிற்குப் புறப்படுவான்.

தாய் பாவம்... கடைசி வரை ஒரு ஏக்கத்துடனே போய்ச் சேர்ந்து விட்டான். அதற்காக ராகவதும் வருத்தவும் இல்லை. குற்ற உணர்வு அவனை கொல்லவும் இல்லை. 'எப்போது என்னைக் கைப்பிடித்தாயோ அப்போதே உன் வீட்டு நினைவு வரக் கூடாது. வீட்டு விடறோம்' என்பது அவளது வாதம்.

அவளும் விட்டு விட்டாள்.

அன்று அம்மாவின் திடு.

தனவகுசிரித்து விட்டு தாயின் சின்ன போட்டோவின் முன் நிவதான்.

அவளது கண்களில் தூரை தூரையாய் நீர் வழிந்தது.

'பெற்று வளர்ந்ததுடன் சரி. உனக்கு தான் ஏதும் செய்வவிலுமையோ... நீயும் எத்தனை ஆண்டாய் இருத்திருப்பாய். வர முடியாத இந்தப் பாவிலை மன்னித்து விடம்மா. என்னைக் கத்திலும் வேலம்மா. கண்ணுக்கருத் தெரிவாத வேலியை ஒரு திமிடத்தில் அறந்து எறித்து விட்டு கனாவனை மீறி வந்து விட

வாம். ஆனால் மறுபடியும் அதே வேலியினுள் தானே துடித்து கொண்டு வாழறோம். அப்படியே வந்தாலும் எனக்கு இங்கு மரியாதை இருக்காதும்தான். இப்போது நீ தெடவம். தெய்வமாய் இருந்து புரிந்து கொள்வாய். இவ்வையம்மா...' மனம் புயல்பிக் கொண்டு இருந்தது.

"ஏன் அம்மா.. அழுதிடாயா?"

பதிலுன்று வயதான சத்தியா கேட்டாள்.

"பாட்டியின் நினைவு வந்ததம்மா..."

கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டாள்.

"ஏம்மா. தான் கேட்கிறேன். நீ ஏன் அப்படிக்கு பதத்து இருக்கணும்? 'நான் போய்த்தான் இருவேன்' என்று தாத்தாவுடன் போவிருக்க வாம் இவ்வையா?"

"தப்பும்மா புருஷனை பணக்கண்டு தாய் வீட்டுக்குப் போறது தப்பு. மறுபடியும் எத்த முகத்தோட விட்டதற்கு வருகிறது கொல்..."

மகன் ஒன்றும் பேசவில்லை. ஆனால் மகன்கள் இருவருக்குமே தாயின் வருத்தம் தோய்த்த முகத்தை மறக்க முடியவில்லை.

**வினைவாட்டு போல வருடங்கள் ஓடிச் சென்றன.**

முத்த பெண்ணிற்கு இருமணம் முடித்து புருஷன் வீட்டிற்கு அனுப்பும் போது கண் கலங்கினாள் ராகவன். பெண்ணும் மாப்பிள் ணையும் வெலிதாடு சென்றதும் மகனின் பிரிவு அவனை வதைத்தது. அதை நேரத்திலும் முன்னல் பட்ட வேதனை நினைவுக்கு வர வில்லை.

இப்போது எல்லாம் கெனாகல்பாவின் வீட்டிலிருந்து யாரும் வருவதில்லை. கடிதப்

**இட்லியை என் வீட்டில்**

**சரிப்பா..? செய்த இட்லியை தான்கு**

துண்டுக்கான ஆக்கவும். வண்ணலில் 5 ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு, கலந்ததும் கடுகு, வெலிதக தறுக்கிய வெங்காயம், கீறிய பச்சை மிளகாய் 3 போட்டு வதக்கவும். அதில் சிறிது தக்காளி சாஸ், சிறிதளவு சோடா சாஸ், கொத்துமல்லித் தளூ சேர்த்து, இட்லித் துண்டுகளையும் போட்டு வதக்கவும். குடை மிளகாயும் துண்டுக்காக சேர்த்து வதக்கவும். தித்த இட்லி மஞ்சுரியன் எங்கள் வீட்டில் பிசவும்.

- கனகவண்ணி



**ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவியின் பெருமை**

ஸ்ரீ கார்ப்பகர ஸ்ரீரத்தினம் சிவன் தெத்திசகவயிசிறுத்த 1000 சிவ குகவகரடல்  
ஆயிசிறுத்த ஸ்ரீ உயர் தாசியகவகவயிசிறுத்த கோதாரத்திய உகவகவக வகவகவக ஸ்ரீ  
புத்தவகவகவக தெய் வகவகவக ஆதவகவக பதாரவக வகவக சிவபுரவகவக வகவகவக

[illegible]

பக்த குகைத்திசை நோக்கும் அகனி பவானிஸ் ஏழு நாக்குகளை - ஊர், ஊர், மனோநகர, மனோகித, வித்யாநகர, கருமிகினி, கிங்கலாசி - என்ற ஜுவானையுடைய நோக்கி ஆகுதிப் பொருட்களை உரிய தெய்வக்களிடம் செப்புவதும் இவனே.

பத்து நிமிஷமளிக்க ரூபாயை உணர்வாகக் காட்டி, கணக்கிடுவதை மூலம் உடையவன் ஆதலால்  
செல்லு சீலை வந்தன. தினமும் நடுநிசரின் கபரவராகப் புகை செல்லப்படுவதுதான் மறையபரவ  
புதிதா. சவராவும் செல்லிக்கப்படுத மூடியாதவன் என்பதன் அபராதீதா. குரகத்ததை நத்து  
பிறகிக் டெலிவிருத்து கையேடு உதவி செல்பவன் ஆதலால் அங்குபுது கருணாஸூத்தி என்றும்  
புகழப்படுவதுதான் இவரோ வித்தவர்த். மறையவர்த். பந்தவர்த். மயகவர்த். குற்ற வர்த். நகவர்த்  
கவர்த். காலவர்த். கவர்த். கித்தாமவர்த். கவர்த். காமகவர்த். கவர்த். ஆகிய கவர்த் தெய்விகளின்  
செய்யகோசுத்ததை டெலிவி செல்பவர்த் புகழப்படுத இவர்த் பக்ததை கவர்த் பக்ததை  
அக்தி திறன் உடையவன்

ராஜகோ உட்கர் சத்தி கழகத்தினால் இவன் திறமைதான் 71 குதர்சனிக் எட்டாவது குதர்சனிக் பெயர் உட்கர் ராஜகவ மானகவாக கருத்திற் அறிந்திருக்கும் இவன் பிற தீராத பத்தி கவத்தரன் சகன இடைபுறமன் விளகும், தடைகள் பொடி பொடியாகும், விவாதிக்க அறிதியும், நீச வேலகதகளிக் உபத்திரவங்கள், பூதப் ப்ரேத பகடி ராட்சசடி உபகதகள், விஷ விவாதிக்கன் திருத்தியாகும், அகன விபத்தும் சதிப்பராத மானகும் இவன் அருளிருந்தான் அருளிக் தெருங்காது.

ஆனாலும்கூட கண்டனத்தின் பெயரில்  
ஏதாவது, பி.கே. இரட்டிப்பு, ஆயிரம் ரூபாய்க்கான  
செயலாற்ற வேண்டும்

இவர் காங்கிரஸ் இயக்கவாதிகள் இயங்கு முறையிலும் சகல பாகுபாடுகளையும் நீக்கி, வேண்டும் தியாயமான ஆதாரத்தைப் பெற்று, தனப் பிராந்தி எககாரசு சித்தி ஆகத் போதலையும், கர்வம், கம்பி, ஞானம் ஆகியவை தத்து வாய்ந்தவ வாய்ந்தவம்

இவ் அருமைப் பெற்று வந்தவுடன்  
வாழ் விரும்பும் முன்னியவர்களை வண  
முதுவியின் ஒரு வகைப் கதாபித்த நகையின்  
பெணைப்

இப்போதப்பட்ட பெருமையும், மறும்  
ஒப்பிக்காத நீத்தியும் திறப்பப்பெற்ற ஸ்ரீ  
மணா பரதயங்கிர தேயிதிக் பரிதிகா  
E3-7-94 விவாழ்க்கிதும் கோலமக்  
ஸ்ரீ பரதயங்கிர சன்னிதிக் மணா கண  
புரணும் மணா கணமும் ஸ்ரீ கங்குலி கங்குலி  
பாடாதிபதி இக்கரு ஸ்ரீ சங்கராச்சாரிப  
கலாதிதிக் திப்ப அணுகுறந்திணமும் மறும்  
கலா கலாங்கலா மறும் பிபாதிபதிபுரணும்  
அணுகுறந்திணமும் மகாக்கக் குக்கிணமும்  
தலபெறும் ஆத்தி அக்கிணம் அணாணமும்  
இணாபுரம் பெற கலா



\* பதிவு செய்துள்ள அமைப்புகள்



ஒளிவிடும்

# ஞானச்சுடர்

குருமையான ஆன்மிக மாத இதழ்

'பாப்பதற்கு எளிமையாக இருந்தாலும்  
'படித்தால் பூரண நிறைவு கிடைக்கிறது' என்ற  
பலரும் பாடிட்டும் ஆன்மிக மாத இதழ்  
விற்பனையாகும் தரிசன நிரலின்...

- கைவாழ்வு அருளும் கவிநாடி கடைத்தலம்
- அன்னை தந்த அருள்விளக்க
- அத்னாவதம் அருளிய சூதீசுவரர்  
சிறப்புக் கட்டுரைகள்
- வங்கக் கட்டுவோரம் வந்துதித்த  
வள்ளல் கேசவன் திருமடி போற்றி!  
திரைத்துவ தரிசனம்

உங்கள் வீட்டுக்

குழந்தைகளுக்காக

**"ஆன்மிக அரும்புகள்"**

மற்றும்

உலக உணைப்பாக

வினைகள் யாவும்

தீர்க்கும் வேற்காட்டு

அன்னை கருமாரி

வண்ணப்படம்

மற்றும்

**குங்குமப் பிரசாதம்**

விவரங்களுக்கு:

**வசுதமி பப்ளிகேஷன்ஸ்**

3, யாதவாள் முதல் குறுக்குத் தெரு.

விருகம்பாக்கம், சென்னை - 92.

போன் : 4873136

போக்குவரத்தும் நின்று போனது.

எப்போதும் போல உறவினர்கள் வீட்டிற்கு  
வருவதும் அவர்கள் வீட்டிற்குச் செல்வதிலும்  
மகளைப் பிரித்த ஏக்கத்தை மறந்தாள்.

சதவியான திருமணம் முடித்து அவளும்  
சொறை பின்புதான் பிரிவு வேதனை முழுவது  
மாய தெரியவந்தது இத்தனைக்கும் அடுத்த  
கூட மாப்பிள்ளையாய் பார்த்து முடித்திருந்  
தாள். ஒரு பெண் தூரச் சென்றது போதும்  
இவ்வளவு அமைத்த குழலுக்கு அருகில்  
இருக்கட்டும் என்ற எண்ணம்தான்.

விடு 'வேறிட'ானது. உணர்வு களமானது.  
வாழ்க்கை அறுத்துப் போனது.

இதென்ன வாழ்க்கை... கண்ணுக்குக்  
கண்ணாக வளர்த்த பெண்களை அனுப்பி  
விட்டு வன்வாசம் போன்ற வாழ்க்கை.

தவித்துப் போனான் ராகவன்.

போனாக்க முடியாமல் மகளின் பிரத்த  
நான்குப பரிசுடன் ஒடிச் சென்று பார்த்து  
வந்தான்.

பிரிவு தந்த ஏக்கத்தானோ... வயது கார  
ணமோ தலை சுற்றி ஆல்பத்திரியில் சேர்க்  
கப்பட்டான் ராகவன்.

அவன் உடம்பின் ரத்த அழுத்தம் கொஞ்  
சம் அதிகமாயிருக்கிறது. அதனால்தான் பப்  
பிளஷை என்றார் டாக்டர்.

"கொஞ்சமாக குழந்தைக்கு போன் பண்ணு.  
ஒடி வந்து விடுவான். அப்பாவுக்கு உடம்புக்கு  
என்றாவ அவளுக்குத் தானாது."

மனைவியிடம் சொன்னான். மனைவியும்  
அப்படியே செய்தாள்.

ஆனால் மகன் வரவில்லை. ராகவனுக்கு  
ஏமாற்றம்தான்.

ஏன் திருமணம் ஆனதும் அப்பா மேன்  
டாதவராகி விட்டாரா.. வறுதலம் ஏற்பட்டது.  
மகளிடம் இருந்து வடிகம் வந்தது 'உடம்பைப்  
பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்...' வருவனதுப் பற்றிய  
விவரம் கிடைப்பாது.

காற்று பெரும் பாதுகாணல் சோர்ந்து  
போனான். விடு திரும்பியதும் அவனுக்குச்  
சுவிப்புதான் வந்தது.

பெண் குழந்தைகளை பெற்று.. இன்  
னொருகுத்துக்கு தானை வார்த்து விட்டு... இந்த  
வாழ்வும் சீசே..

கொஞ்சமாக பாவாலில்லை. பாசத்தை  
வெல்லும் மனோபலம் ஆரம்பத்திலேயே  
வந்து விட்டதால். எதைம சாதாரணமாய்  
ஏற்றக் கொள்ளும் பக்குவம் வந்து விட்டது.

ஆனால் ராகவன் அப்படியில்லை.

எப்போது திராவலி வரும்... மகளை





**தலையணை உதற்களை**  
அலகும் நீரில் இரண்டு சொட்டு  
சென்டோ, யுகோலோனோ  
தெனியுங்களை காய்த்ததும் மாட்டி  
னால் வாசனையுடனான தூக்கம்  
தயார்.

— வசந்தி

அழைத்து வந்து எவற்றுக் கொள்ளலாம்  
என்று கண்டிட்டு ஆரம்பித்தான்.

நியாயமாயும் வந்து விட்டது.

பெண்ணிறகுப் பார்த்துப் பார்த்துப்  
பட்டுப் புடைவை. மாப்பிள்ளைக்கு உலாக்க  
பேரை வந்த எடுத்துவர வசை வசையாய்  
இனிப்புகள் 'ஆடா' கொடுத்தான் முனைய  
யடி. அழைக்க வேண்டுமே. சொன்று அழைத்  
தார்கள்.

"மாப்பிள்ளை. நாலு நான் முன்னால்  
வாழலாம். பத்து நாட்களாவது தங்க வேண்  
டும். கல்யாணம் ஆகி வருவது இதுதான்  
முதல் முறை." மரியாதையுடன் சொன்னான்.

"அப்பவளவு நான் முடிவாது. மாமா. முதல்  
நாள் வந்து விட்டு மறுநாள் புறப்படடு  
கிறீர்களே..."

மகளின் முகம் மாறறம் கண்டு அவள்  
மனம் பிளர்ந்தது. குழந்தை எத்தனை  
ஆளையாக இருக்கிறாள்.

"பேரகட்டும் மாப்பிள்ளை. சத்தியாஸை  
யாவது பத்து நாட்கள் விட்டு வைப்புகள்.  
எங்களுக்குமே."

"வேண்டாம்... நானே அழைத்து வரு  
கிறேன். எதற்கு அத்தனை நான்... நாய்கள்  
உடம்பு புறப்படலாம். என் கண்ணு விட்டிரு  
செல்லுமாம். ஏன் சத்தியா?"

"ஆமாம், டாடி... இவரோட சிதம்பர  
பிள்ளையின் முதல் வெட்டிப் பிள்ளையாகச்  
கண்டிப்பாய் போகலாம்."

கண்வழிக்கு ஒத்து வந்தால் மகன்  
வியப்புடன் பார்த்தான் கெளசல்யா.

விருஷண துளசி  
கொழுப்பினி  
சத்துவான தேங்காய்  
எண்ணெயில்  
தயாரிக்கப்பட்டது



விருஷண துளசி கொழுப்பினி சத்துவான தேங்காய் எண்ணெயில் தயாரிக்கப்பட்டது

கிருஷ்ண  
**துளசி**  
ஹார்பல் கோப்

தவிர வடைக்கு உருத்து ஆட்டும் பொழுது மானின் அளவுக்கு தகுந்தாற்போல் ஒன்று அல்லது பாதி வாணுப்பழம் (எந்த வகை பழமாக இருந்தாலும்) போட்டு ஆட்டி, தவிர வடை செய்து பாருங்கள். தவிர விவரவில் இழுத்து, மிகுதுவாகி, வடையும் கவை கூடுதலாக நன்றாக இருக்கும்.

- பாண்டி



ரா.கலனுமாதாள்.

தானியத்தில் மகனிடம் கேட்டாள்.

"எனவா... மாப்பிள்ளை வேண்டாம் என்றாலும் நீ கமமா இருந்து விடுவதா போக ஒளம் என்று வற்புறுத்தக் கூடாதா? எங்களுக்கு மகன் பித்த தா...கன் உலகை வைத்துக் கொள்ள ஆசையிருக்காதா? விதவாவும் எங்கேயோ தாய் இருக்கிறாள். தீவாவது வந்து போய்க் கொண்டிருந்தால் மனக்கூறு ஆறு தவரய் இருக்கும் இல்லையா என்னவோ போ... பாசமதான் அடித்துக் கொன்றது பெத்த மனம் பித்துதான்."

"எனவா... செய்வது... உங்களைக் கொண்டிருக்கிறார் உங்கள் மாப்பிள்ளை எப்போ கல்யாணம் ஆகி விட்டதோ அப்போதே அப்பா அம்மாவோடு புலம்பக் கூடாது என்கிறார் அவர்."

ஒரு முன் ராசாவின் நெஞ்சில் "கருக்" சென்று குத்தியது.

"தாத்தாவும் பெத்த மனம் பித்தாய் வந்து அழைக்கவில்லையா? நீயாகனும் அனுப்பவில்லையோ... தாத்தாவும் ஏக்கத்தோட போகவில்லையா என்று! அம்மாவும் பாசத்தை ஒதுக்கி விட்டு இருக்கவில்லையா?"

இவ்வளவு "கருக்"

"நீங்களும் தாததாவையும் போல மகன என்ற நினைப்பை துடைத்து விட்டு இருக்கலாம். நானும் அம்மாவையும் போல பிறந்த விட்டை அடியோடு மறத்து விட்டு இங்கே சகலாராய் இருக்க பழகிக் கொள்ள ஸ்ரீய... அதுதான் வாழ்க்கை."

ஒவ்வொரு வராததைகளும் சாட்டை அடிக்களாய் அவனது நெஞ்சில் வீசுவது

முதன் முன்றலாய் தன் மனைவியின் முகத்தைக் குறை உணர்வுடன் பார்த்தான்.

தாண்டியும் பார்க்க விட்டாத பர்வியாக...

ததந்த அழைத்தும் அனுப்பி வைக்காத முக்கனாக இருந்து விட்ட தன்னைவே அப்போதுதான் வெறுத்தாள். மனைவியிடம் மனைப்படி கேட்கவும் கூடப் போனது அவளுக்கு மனைவியை அழைத்துக் கொண்டு புறப்பட்டான போகும் வழியெல்லாம் நித்தனை

சத்தியா மாப்பிள்ளைகூடன நான்கு நாடகம் முன்னதாய் வந்து இரங்கிவது கண்டு ஓடு ஆச்சர்யம்.

"என்ன மாமா... விதாப்பாய் பேசிய மாப்பிள்ளை வந்து விட்டானே என்று பார்க்கிறீர்கள்... எல்லாம் சத்தியாவின் விட்டமதான். ததந்த - மகன பாசம் என்பதை உடிக் உண்கும்படி செய்வதும்... என்றான் அதனால்தான் கொஞ்சம் மாப்பிள்ளை முறங்கைக் காட்டினேன் தாதிர எப்படி தாத்திருப்பார் என்று நீங்களும் உணர்ந்து மான், சாரி மாமா..."

"என் புத்திருய உதறத்து விட்டது மாப்பிள்ளை அதனால் நானும் ஒரு விட்டம் போட்டிருக்கிறேன் என மாமா... விட்டது தாய் போல தராயமாக ஒரு வாரம் இருந்து விட்டு வரலாய் என்றுதான் என்ன சொல்விராய் கெளசல்யா?"

மகிழ்ச்சியில் மனைவி நிக்ருமக்காடுவது கண்டு அவனும் மகிழ்ந்தான்

"என் சத்தியா உன் தாத்தாவின் ஆகி பெற தாமதம் போகலாமா..." என்று கேட்டான் மாப்பிள்ளை

"அப்பா... இவாதான் புதுமாப்பிள்ளை யாகனம் அங்கு உங்களுக்குக் கிடைக்கும் புது மாப்பிள்ளை மரிவாதையில் இவர் காணாமல் போகப் போகிறார்" என்று குறம்புடன் சொல்ல, அவனைவரும் சிரிக்க... பண்டிக்க... கனை வந்து விட்டது அப்போதே.

**ஸ்வீடன் நாட்டின்,**  
கௌரவம் மிக்க  
“போலார் இசை  
விருதை”. இந்திய சிதார்  
இசைக் கலைஞர்  
ரவிஷங்கர் பெற்றார்.  
விருதுோடு பத்துலட்சம்  
டாலர் பணமும் உள்ளது.  
இதை இந்திய சம்பிரதாய  
இசையைப் பாதுகாக்கும்  
முயற்சிகளுக்காக செவ  
லீடப் போவதாக அவர்  
அறிவித்திருக்கிறார்.

**பிரபல குங்ஃபூ**  
தடிகரான ப்ரூஸ் லீ  
பற்றிய அருங்காட்சியகம்  
ஒன்று ஹாங்காங்கில்  
விளையில் திறக்கப்பட உள்ளது. அவர்  
நடித்த திரைப்பட ஸ்டில்கள், அவரைப்  
பற்றிய தூக்கள் என்று சுமார் பத்தாயிரம்



வகையில் “சமான்” என்ற  
புதிய நிட்டமும் அறிமுகப்  
படுத்தப்படுகிறது.

**விட.** ஆய்கலரிஸ்தான்  
பகுதியில் ஏற்பட்ட பெரும்  
நிவ நடுக்கத்தில் ஆயிரக்  
கணக்கானோர் உயிரிழந்த  
னர் சில மனைகள் சம  
திலமாயின!

**பா** கிஸ்தாவும் அந்நா  
தண்டு சோதனைகளை  
நடத்தியது. ஐந்து அந்நா  
குண்டுகளை வெடித்ததாக  
அவர்கள் தரப்பில் கூறினா  
லும், அது மூன்றுதான்  
எனக் கருதுகின்றனர் பல  
நடுநிலை நாடுகள். படத்தில் நீங்கள் பார்ப்  
பது பாகிஸ்தானில் அந்நாடுகளின் சோத  
னைகள் நடைபெற்ற, சாணக் குண்டுகளை

# நியூஸ் சாலட்

திணைவுப் பொருட்கள் இங்கே இடம்  
பெறும். 1973ல் படப்பிடிப்பு ஒன்றில் கலந்து  
கொண்டபோது, தனது முப்பத்தி  
இரண்டாவது வயதில் ப்ரூஸ் லீ இறந்தது  
திணைவிருக்கலாம்.

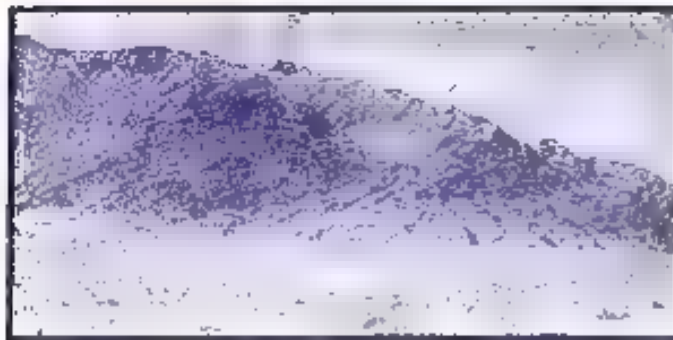
**1998-99க்கான** மத்திய அரசின்  
பட்டெட்டில் வருமான வரிவிலக்குக்கான  
உச்சவரம்புத் தொகை 50,000  
ஆக உயர்த்தப்பட்டுள்ளது  
(இப்போது நூற்பதாயிரம்).  
வருமான வரிக் கணக்கிற்று  
“சரஸ்” எனும் எளிமையான  
ஒரு பக்க வரி விவரணைப்பம்  
வழங்கப்படும். வரி செலுத்து  
வதில் முறைகேடு ஏற்பட்  
டால் அதை எதிர்த்து  
வழக்குத் தொடர் “சமதான்”  
என்ற நிட்டம் அறிமுகப்  
படுத்தப்படுகிறது. நாளை  
மாக வருமான வரி சுட்டு  
பவர்களை உற்சாகப்படுத்தும்



பின்னணிபாகக் கொண்டு சட்டார் என்ற  
இடம்.

**ப** ணத்தைப் பயன்படுத்தாத முதல்  
நகரம் என்ற புகழ் நியூஸியாந்தில் உள்ள  
வெலிங்டனுக்குக் கிடைக்க உள்ளது. இந்த  
நகரில் ஒரு சிறப்பு இரெடிட் கார்டை  
அரசே அறிமுகப்படுத்தப் போகிறது.  
வெலிங்டன் நகரக் கடைகளில்,  
பணத்துக்கு பதில் இந்தக்  
கார்டை நீட்டினால் போதும்.

**சுஷ்மிதா** சென், ஐஸ்வர்யா  
ராயைத் தொடர்ந்து உலக  
அழகியாகத் தேர்வு பெற்ற  
இந்தியர் டயனா ஹேடன்.  
“எஸ் ஒரியல்” என்ற பிரபல  
அழகுப் பொருட்கள் தயாரிப்பு  
நிறுவனம் தங்களது சூப்பர்  
மாடலாக இவ்வரைத் தேர்வு  
செய்திருக்கிறது. இதற்கு முக்கிய



காரணம் இவர் உலக அழகு என்பதில் எல்லாம் அவரது அற்புத கருத்துகள் இந்த வாய்ப்புக்குக் காரணம் என்கிறார் அந்த நிறுவனத்தின் மக்கள் தொடர்பு அதிகாரி.

சென்னையில் கென்டாவும் பங்களா தேஷாம் கோகோ கோவா கிரிக்கெட் போட்டியில் மோதின. பங்களாதேஷ் அணி தோல்வியின் விளிம்பில் இருந்தபோது பங்களாதேஷ் மருத்துவக் கல்லூரி மாணவர்கள் சிலர் கைதட்ட, சக மாணவர்கள் இதைக் கண்டிக்க, தொடர்ந்து நடந்த வன்முறையில் இரு மாணவர்கள் இறந்தனர்.

டெய்லி தொலைக்காட்சி நிலையத்தில் 'செய்திகள்' வாசிக்கும் ஆறு பெண்களை பணி தீக்கம் செய்திருக்கிறார்கள். இது குறித்து பிரசார் பாரதி வடகூடர் மற்றும் தூர்லுஷன் வடகூடர் ஆகியோரை விசாரித்தபோது எத்தவித விளக்கமும் தரப்படவில்லை என்கிறது தேசிய பெண்கள் கமிஷன்.

கீத்திரி வெயில், அக்ஷி தட்சத்திரம் சென்னை நகரைக் கொளுத்தியெடுத்து விட்டது. சுமார் எண்பது வருடங்களுக்குப் பிறகு சென்னையில் 'நாத்திப் பனிரெண்டு டிகிரி வெயில்' கூட்டுவ மின் லைட்டும், தடைவீடைவறிச் சேர விபரணை வெள்ளத்தில் மூழ்கி எழுந்தனர் தமிழகத் தலைநகர வாசிகள்.

— ஜோஸ்.பாஸ்.

தீவையில் பஞ்ச மூட்டைதான்.. ஆனாலும்கூட கையோடு இரும்பு கனம் தான் என சொல்லும்படியாக உள்ளது முன்பக்கத்தில் உள்ள பெண்ணின் நினைவு. இந்தியாவின் மேற்கு வங்காளத்தில் இதழ் பெண் பசாத்திர சித் இரண்டு பஞ்ச மூட்டைகளை கமதப்படி, படகில் இருந்து தரையில் இறங்குகிறார். இவர் உழைத்து பதினொரு பேர் அடங்கிய குடும்பத்தைக் காக்க வேண்டிய நினைவு. இவருடன் இவருடைய இரண்டு தங்கைகளும் சேர்ந்து உள்ளார்கள். கைக்கின் ரிக்ஷாவில் பிணங்களைச் சவக் கிடங்குக்குச் சுமந்து செல்வது முதல் எல்லா வேலைகளையும் செய்கிறார்கள். ஓர் உடமை எடுத்துச் செல்ல தாளுக்கு நூறு ரூபாய் வரை சம்பாதிக்கிறார்கள்.

— பாண்டிராஜேந்திரன்

முதன் முதலில் ஸ்கூலுக்கு அனுப்பும் குழந்தைகளுக்கு காலையில் டேய்ஸெட் போகும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும். கையற்ற திராட்சை 20 எடுத்து இரவு வெதிக்க விட்டு, கசக்கிப் பிழித்து, லாகுட்டி, படுக்கப் போகுமுன் கமாரான குட்டில் கொடுக்கவும். காலையில் எழுந்தவுடன் தேவே மோஷன் போகும். இவ்வாறு ஒரு மாதம் தவறாமல் கொடுக்க, ஒரு பழக்கத்திற்கு வந்து விடும். பிறகு 2 நாள், 4 நாள் இடைவெளியில் கொடுக்கலாம். இது அலர்களை ஆரோக்கியமாக, பசியெடுத்துச் சாப்பிட, விடைகூட்ட, டிக்க எல்லாவற்றிற்கும் உதவும்.

— ஆர். பார்வதி







# Lathika Silks

Exclusive Designer Sarees (A/C) Showroom

32, G.N. Chetty Road,  
T. Nagar (Near Jain Temple)  
Chennai-600 017 Ph: 8230264

வாடிக்கையாளர்கள் தங்கள் குடிமகப் சூழலில் உகந்தப் போல் அவர்களை முழு கவனத்துடன் கவனிப்போம்.

நீர்தரி சில்கஸ், ஸார்ஸ், இலட், கோரஸ், பனாரஸ், ஹாண்ட் எம்ப்ராய்டரீஸ், பிரைன்ட் சில்கஸ், கிசாயன்ஸ், கிரேஸ், ஹார்ஜெட்டஸ், ரா சில்க், மயகூர் சில்க், கோட்டாஸ், குங்காஸ், ஆக்ஷஜியா, பாபிசாட்டர், பேன்ஸி காட்டர்.

எங்களது சிறந்த பணி:

- 1) தங்கள் துணிக் கழுவல் பூவேகம் செய்து தருகிறோம்.
- 2) தங்கள் orders-க்கு பேசி உணர்ப் புடவைகளுக்கும் Falls செய்து தருகிறோம்.
- 3) புடவைகளுக்கு Dry wash & Polish செய்து தருகிறோம்.

**கவர்ச்சிகரமான சலுகை**

5% சிறப்புச் சலுகை இந்த கட்டளை கொண்டு வசூலிக்கலுக்கு மட்டும்

**லத்திகா சில்க்ஸ்**

32, ஜி. என். செட்டி ரோட், (ஜெயின் கோவில் அருகில்),  
தி. நகர், சென்னை - 17. போன்: 8230264

எங்களது புடவைகள் உங்களது அழகை மேலும் மேம்படுத்தும்.

ESTD : 1949

புதிதான பாதாளம்

42 வகுட அனுபவமுள்ள லத்திகா

15 நாட்கள் - 7 ஜோதியில்க வாத்திர

சென்னைவிலிருந்து 20.7.98ம் தேதி பிரபாகம் - ஸார்ஸ், நீர்தரி சில்க், பனாரஸ், கிசாயன்ஸ், கோட்டாஸ் ரூ. 4450/- (10 சீட்டுகளை உள்வை) 1998ம் 3-வது கு)

எங்கள் 35-வது 15 நாட்கள் பஞ்ச ஹவாரை வாத்திர

சென்னைவிலிருந்து 8.8.98 நவம்பர் வரையில் மூலம் காலம் 9.15 மணிக்கு பிரபாகம் - அகமநாபாட், டாக்ஸ், ஹவாரை, பேட்டி ஹவாரை, நாடோ (ஜெயிசில்கம்), ஹரிஜித் மாதா - மூல ஹவாரை, போர்வாத்தி, பாஷா, கோமாதா விருப்பாத்திர - மாத்ர வர், அம்பாஜி 51-வது சத்தியம், மவுண்ட் அபு, புஷ்கர் ஆஜி, ஜெய்பூர், பிந்தர் ஹவாரை, பாக்ஜோயி ஹவாரை, ஏகலிங், உதயபூர், காந்திரை, அக்ஷஜியா, கட்டாஸ் ரூ. 4450/-

12 & 22 நாட்கள் காசி-பத்ரி வாத்திர 6.9.98 பிரபாகம்

பூரி, புலவேஸ்வர, கோமாதா, வர், காசி, அயோத்யா, அக்ஷஜி - சென்னை ரூ. 3450/- 6.9.98 பிரபாகம் - ஹரிஜித், ரிஷிஜெய், கோமாதா, பத்ரி ஷர்மி, ஆகா, மஜா, ஷர்மி - சென்னை ரூ. 5450/-

15 நாட்கள் ஷர்மி, பத்ரி, கோமாதா, ஆகா, மஜா 16.9.98 நவம்பர் 6-வது பிரபாகம் ரூ. 3950/- 12.10.98: 12 நாட்கள் திரவணி கயா கிதாஸ் கம்போஷ் - நீர்தரி அக்ஷஜித் தரிசனம். பூரி, புலவேஸ்வர, வர், காசி அக்ஷஜித், அயோத்யா ரூ. 3450/- நேபாளம் போக வர் 5 நாள் அகலிங் ரூ. 1500/- தனியாக செலுத்த வேண்டும் பாக்ஜோயி, கத்திரை, பூமதி உண்டு தவணையில் பணம் செலுத்தலாம்.

12.7.98: 5 நாட்கள் கோமாதா, பூரி, மஜா, மத்திரை, மஜாநதி, அயோத்யா, ரூ. 800/- மேலும் விவரங்களுக்கு :

**ஸ்ரீ விஜயா டிராவல் சர்வீஸ்**

28, ஆரமுத்தா ஆசரி தெரு, (விவேகானந்தர் பஸ் திசையில் அருகில்) திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 800 005. போன் : 8554538. உரிமையாளர் : வி. கப்பாராஸ்

குறிப்பு : எல்லா வங்கிகளுக்கும் டாடாடி, டிபன் டாடா, தஞ்சை திரவணி உட்பட்டது

KS&amp;Co

# 5% சிறப்பு தள்ளுபடி

KS&amp;Co

ரூ 500க்கு மேல் வாங்குபவர்களுக்கு மட்டும்  
ஆகஸ்ட் 15, 1998 வரை இச்சலுகை

## K. SUBRAMANIAM & Co

### A RICE & PULSES SHOP

இந்த கூப்பனை  
கொண்டு வரும்  
நபர்களுக்கு  
மட்டுமே  
இச்சலுகை

47, SOUTH WEST  
BOAG ROAD,  
T.NAGAR,  
CHENNAI - 600017



4337516  
4337526  
4332647

வழுக்கையா ! கவலைவேண்டாம் !

120 மி.மி

புதிய

# ஹேரோ

உபயோகியங்கள்

1 லட்சத்தி ஸ்க்ரினாக  
ரூ.30 க்கான கொடுக்கல்

# FREE

இது ஒரு சிறு  
மருத்துவமனையே  
உமது கிணைவற்றது

இந்த மருந்து 31.07.98 வரை உபயோகிப்பது

100 மி.மி  
சுமார் 100 க்கு

சுமார் 5  
வரை உபயோகிப்பது



Manufactured by

A-1 HERBALS SALEM 636 010 S.INDIA

விலை

Rs.175 /-

Marketed by

## SRINIVASA AGENCY

10, Valluvar Nager Annathanapatty  
Salem 636 002. Tel: 270830 270730  
Fax : 91-0427 - 415877 WD Ticket No 198

மதுரை மற்றும் சென்னை முதல் கிளையாக கிளையங்கள் வரவிருக்கின்றன  
Available in leading Medical & General Stores and also by VPP

மதுரை

21) 'ஜனனம்' சிறுதலை என் வாழ்வில் துடித்த உண்மை சம்பவம் போல் இருப்பது கண்டு மிக ஆச்சரியம் அடைந்தேன். என் தலைப் பிரச்சனை சிக்ஸியைதான். இவனுமொரு ஆச்சரியம் என் மகன் பெயரும் ஜனனிதான்.  
புதுச்சேரி - 1. பஞ்சா பழனி

22) அரசாங்க வேலைப்போ, துணியார் திறுவன வேலைப்போ, படித்தவுடன் சட்டென்று வேலை கிடைத்துவிடுகிறது போட்டி திறந்த இடங்கள் கட்டத்தில் மிகவும் கஷ்டம் சிபாரிசு. மருசு லாவண்யம் போன்றவைகளும் துருக்கிடுகின்றன. பள்ளிப் படிப்பை (12) முடித்து மேலே படிக்க வசதியற்று. துணிச்சலாக ஆண்டுகளுக்கும் ஏறும் சளைதவரவளைய எவ்வகை திருபித்து வரும் ஆட்டோ ஒட்டுநர் குமாரி அருள்ஜோதி பாராட்டுக்குரிய பெண்மணிதான்  
ஞானபூ - 1, பி. ரமணிசுந்தரி

## ஆண்கள் மட்டும்தான் காரணமா?

23) உமா குமாரி எழுதிய 'மாமனார்' நுதுதலை மிகவும் அற்புதமாக இருந்தது ரீடைவர் ஆரும் ஒவ்வொருவருக்கும் பிரதி எடுத்து கொடுக்கலாம் வாழ்த்துக்கள் ஆசிரியருக்கு "தலை நரைச்சா என்ன" தப்புள்ளா இருந்திக்கத்தான் வேண்டும்" என்ற வாழ்த்து மிகவும் நன்று.  
விழுப்புரம் - 59, என். ஜானகி

24) சிறு வயதிலேயே, கருப்பு சிவப்பு துண்டு, ஒவ்வொன்ற பேதலான ஆற்றலுடன் மனதில் விதைத் தால், அது அவர்கள் பெரியவர்களானாலும் மனதில் ஆழமாகப் பதிந்து அதனால் விரும்பாத நகரத் திணைவுகள் ஏற்பட்டு விட்டால் என்பதை தெளிவினை முறையில் அழகாக விளக்கி அருமை யான கட்டுரை 'விஷயத்துக்கள்'.  
இருப்பவருக்கும். டி.என். பார்வதி.

25) எடுத்தேன். கவிழ்த்தேன் என சட்டென முடிவெடுக்கும் இன்னரைய குடும்ப கதாநாயகிகளுக்கு நன்றாகவே குட்டு வைத்துள்ள ஆசிரியரின் சிலவார்த்தைகளை இன்னரைய இடம் பெண்கள் எப்பொழுதும் மனத்தில் இருத்திக் கொள்வது நல்லதும்!  
அரசாபடி, வி. பரமசிவம்

26) தேப்பாளம் புவனம் போக விரும்பி அது

சம்பந்தமாக ஒரிகினைபாதம்மில் ஒரு புத்தகம் பார்த்தேன். விலை ரூ. 537. ஆனால் பத்து ரூபாய் மங்களவர் மலரில் சிக்கலாகவும் சிறப்பாகவும் தேப்பாளத் தைப் பற்றியும், பார்க்க மற்றும் துரிதிக் கொண்டே இடங்களைப் பற்றியும் விவகரி பிழைத்த மிகவும் பயனுள்ளதாக இருந்தது.  
பொன்மலை, இரம்பர.

27) "உதாசனம் கொண் ஒரு தொட்டி" வரி கையில் "பிரச்சனையா, தேர் பார்ப்பதா" என்ற கட்டுரையை என் பி ஜெயராமன் மிக வதாரத்தமாக எழுதியுள்ளார் இனி நானும் பிரச்சனையை பார்ப்பதற்காகக் கருதாமல் எதிர்கொண்டு சமாளிப்பேன்.  
கெண்டை - 42, கே. கந்தர்வ

28) திருந் சாலை பகுதி மிகவும் அருமை ஒரு மாடம் பத்திரிகைகளில் வெளியான முக்கியச் செய்திகளின் தொகுப்பைப் படித்திருந்தே ஏற்படுகிறது தலை தெரி வாது பல அரிய செய்திகளையும் அறிந்து கொள்ள உதவுகிறது. தொடர்ந்தும் உங்கள் பணி சிறப்பம் - 1, சிவசுந்தர காளிதாஸ்

29) "ஜெயங்கொண்டம் கோவில்" என்று தகவல் பலகையில் கொடுத்துள்ளனர். கங்கை கொண்ட கோழியும் ஆரவயம் தான் அருள்மிகு பிரகாசுவரர் ஆவரம். ஜெயங்கொண்டத்திலிருந்து எட்டு கிலோ மீட்டர் தூரத்தில் இருப்பது கங்கை கொண்ட கோழியும் என்று கணவர் சொல்வதன் பிறகு இடம் கங்கை கொண்ட கோழியும்.  
கெண்டை - 45, வெங்கடேசுவரதாஸ்

30) "மனம் திறந்து பேசுவதன் மனவலி போடு" கட்டுரை ஒரு தலைப்படைமான கொணத்தில் எழுதப்பட்டுள்ளது. ஏதோ ஆண்கள் மட்டும்தான் பிரச்சனைக்கு காரணம் போல் சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளது. "சரி விடு அம்மா பெரியவர் உங்களைத் தன் பெண் பேசல் என்னி உரிமையுடன் பேசியிட்டார்" என்றால் உடனே. "உங்க அம்மா பண்ணை விற்குக் கொடுக்க மாட்டார்களோ, பின் எதற்கு என்னைக் கல் பாணம் பண்ணிக் கொண்டார்கள்" என்று கேட்கும் பல பெண்கள் இவ்வாறு! அவர் களுக்கு அச் சூழ்நிலையில் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று குறிப்பு இருத்திருந்தால் கட்டுரையின் துரிக் கோபை வித்தியாசமாக இருத்திருக்கும்.  
கோவை - 3, ஊ. கந்தர்வ

சொல்ல விரும்புகிறேன்

இங்கே இவர்கள்  
இளைய தலைமுறை  
பற்றிப் பேசுகிறார்கள்.

இதில் இருவர்  
பிரபலமானவர்கள். ஒருவர்  
எழுத்தாளர் உஷா  
கப்பிரமணியன்.  
மற்றொருவர் வீடியோ  
துறையில் பல சாதனைகள்  
படைத்துள்ள லெக்ஷ்மி  
சீனிவாசன்.

**உஷா கப்பிரமணியன்:**  
பொதுவாக இன்றைய மன் ஏஜ்  
குழந்தைகளிடம் நாம் அதிகமாக  
பயன்படுவது செக்ஸ்  
ஸிஷ்யத்தில்நான் ஆனால்  
அவர்கள் அந்தக் கால மன்  
ஏஜ் குழந்தைகளையே போல  
இல்லை. தங்களைப் பற்றி  
நன்றாகப் புரிந்து



**வீலா கிருஷ்ணன்:**  
இப்போதுள்ள  
மன் ஏஜ்  
பெண்ணாகட்டும்,  
பிள்ளையாகட்டும்,  
தங்களைப் பற்றி,  
தங்கள்  
குடும்பத்தைப்  
பற்றி  
இட்டவட்டமாகத்  
தெரிந்து வைத்துக்  
கொள்வதுடன்  
தங்கள் வாழ்க்கைத்  
துணை இப்படித்தான்  
இருக்க வேண்டும்  
என்று ஒரு தெளிவான  
தீர்மானத்துடன்  
இருக்கிறார்கள்.

**லக்ஷ்மி:** எனக்குத்  
தெரிந்த ஒரு வீட்டில்  
அதுவரைக்கும் வேளை  
பார்க்கும் பெண் தன்

## டி.வியைக் காட்டி சோறாட்குசிறார்கள்

வைத்திருக்கிறார்கள் எனில் தவறான  
வழிக்குச் சென்று தவறான செயல்களில்  
சாடுபடுவதில்லை. பொதுவாக இந்தக்  
காலத்தில் அவர்கள் கல்வி கருதியோ  
வேலை கருதியோ படிப்புடன்  
சமுதாயத்தில் பேசிப் பழக நாம்  
அனுமதிக்கத்தான் வேண்டி இருக்கிறது.  
அதை அவர்கள் கூடுமானவரை நல்ல  
முறையில்தான் பயன்படுத்திக்  
கொள்கிறார்கள்.

**லெக்ஷ்மி சீனிவாசன்:** பொதுவாக  
எந்த நடவடிக்கையும் கொள்ளப்படுத்தி  
சமயத்தில் யாராவது பேசினால் கூட  
அவர்கள் விரும்புவதில்லை. தங்களையும்  
தங்களைச் சுற்றி ஒரு நெருப்பு வண்ணம்  
போட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.  
இருக்கிறார்கள். யாரும் அவ்வளவு  
எனில் அவர்கள் மனதில் நெருக்க  
முடியாதபடி உறுதியாகத்தான் இன்றைய  
பெண்கள், எப்பவர்கள் இருக்கிறார்கள்.

பெற்றோரிடம் தன்னுடன் வேலை  
பாப்பவர் ஒருவரைப் பற்றிச் சொல்லி  
தமக்கு நம்ம குடும்பத்திற்கு இவர்  
பொருத்தமாக இருப்பார் என்று  
தனைக்கிறேன். தங்கள் பேசிப்  
பாடுங்கள். இதற்காக நான் அவரை  
விழையுகிறேன் என்றெல்லாம்  
தனைக்காதீர்கள். அவரிடம் இது  
பற்றியெல்லாம் நான் பேசியது கூடக்  
கிடையாது தங்கள் பாடுங்கள்.  
பொருத்தமாகத் தோன்றினால்  
மேற்கொண்டு பேசலாம் என்று அழகாக  
தெளிவாக தன் எதிர்கால வாழ்க்கைத்  
துணை பற்றி தன் வீட்டில் கூறலாம்.  
இப்போது அந்தத் திருமணம் முடிந்து  
அந்தத் தம்பதியர் நன்றாக  
வாழ்கிறார்கள்.

**வீலா:** பாக்டெட் மனதில்லு வாறப்ப  
குழந்தைகளுக்கு ஓரளவு கொடுக்கத்தான்  
வேண்டும் தம் காலம் மாதிரி இப்போது



இல்லை. இப்போது டீ வீவர் ஓட்டாத  
மீன் ஏழ் பசங்களே இல்லை என்று  
சொல்லலாம். திடீரென்று  
அவர்களுக்குப் பெட்ரோல் போட புக  
வாங்க என்று அவசியமாகப் பணம்  
தேவைப்படுகிறது. அந்த மாதிரி  
நேரத்தில் அவர்களால் வாரிடம் போய்  
கேட்க முடியும்?

**வடிப்பி:** பர்க்கெட் மணி  
அவர்கள் கேட்கும் அளவு கொடுத்து  
விட்டு அதை அவர்கள் எப்படிச்  
செலவு செய்கிறார்கள் என்று  
கண்காணிக்கலாம். ஓரளவு குடும்ப  
நிலைமையும் எடுத்துச் சொல்லி  
சிக்கனத்தின் அவசியத்தை எடுத்துச்  
சொல்லி வளர்ப்பதே நல்லது. எந்தக்  
கஷ்டத்தைச் சொல்வதா என்பதும்



அதாவது இப்படிச் செலவு  
செய்வாதே தமக்குக்  
கட்டுப்படியாகாது என்று  
சொல்லுவதாலும் தனிப்பட்ட  
முறையில் வைத்துத்தான் சொல்ல  
வேண்டும். நண்பர்கள்  
முன்னிலையில் சொன்னால்  
அவர்களுக்கு ஒரு தாழ்வு  
மனப்பான்மை வந்து விடுகிறது.

**சரஸ்வதி:** இந்தக் காலத்து  
குழந்தைகளின் எதிர்காலம்  
குறிப்பாக டி.வி. மற்றும் அதன்  
சேனல்களால் மிகவும் பாதிக்கிறது  
என்று ஒரு கருத்து நிலவுகிறதே. அது  
பற்றி?"

**உஷா:** அதற்கும் பெற்றோர்தான்  
காரணம். அந்தக் காலத்தில் நிலா

காட்டித்தான் சாதம் ஊட்டுவார்கள்.  
இப்போது டி.வி. காட்டித்தான்  
ஒவ்வொரு வீட்டிலும் குழந்தைக்கு  
சாதம் ஊட்டப்படுகிறது. எனக்குத்  
தெரிந்த ஒருவர் வீட்டில் டி.வி.



விளம்பரங்களை  
நெகர்டு செய்து  
வைத்துக் கொண்டு  
வி.சி.பி.யில்  
போட்டுக்

காட்டித்தான் சாதம்  
ஊட்டுகிறார்கள்.  
கேட்டால் குழந்தை  
அவ்வளவுமென்பதில்  
பார்த்தால்தான்  
சாப்பிடுவான்  
என்றார்கள்.  
இப்படி நாமே  
குழந்தைகளை

பழக்கப்படுத்தி விட்டு  
பிறகு திடீரென்று டி.வி.  
பார்க்காதே என்று  
சொன்னால் அவர்களால்  
எப்படி முடியும்?

**விலா:** டி.வி.  
குழந்தைகளை பாதிக்கிறது  
என்பது முற்றிலும்  
உண்மை. என் பேரன்  
சரன் நான்காவது  
படிக்கிறான்.  
தேயுட்டருக்கு  
ஆவ்வளவாகப் போய்  
அவர்கள் படம்  
பார்ப்பதில்லை. டி.வி.

நன்றாகப்  
பார்ப்பான். தமிழ்  
இலக்கணத்தில்  
'முரளி பாளை  
செய்தான்' இது எந்தக்  
காலத்தில் வரும் என்று  
கேள்வி



பெய்மி வீதிக்கே:

கேட்டிருக்கிறார்கள்.  
'இறந்த காலம்' என்று  
எழுதுவான் என்று  
ஆசிரியை எதிர்பார்க்க  
அவன் எழுதியது என்ன  
தெரியுமா? "பொற்காலம்".

"ஏன்டா இப்படி

எழுதினோ?" என்று கேட்டால் "ஆமாம்  
முரளி பொற்காலம் படத்தில் தானே  
பாளை செய்தார்" என்றார்கள். டி.வி.யில்  
படங்கள் பார்த்து குழந்தைகள் மனதில்

மாங்காயைத் தோம் சிவி.  
கொப்பரைத் தருவியில் தருவி.  
எந்த பொரித்த குழம்பானாலும்  
கடைசியில் போட்டு, ஒரு கோழி  
வத்தவுடன் இறக்கினால், குழம்பு  
குப்பாக இருக்கும்.

- ஆர். பார்வதி



அப்படியே பதித்து விடுகிறது.

லெஷ்மி: குழந்தைகள் அதிகமாக  
மலி. பார்க்கறாங்க என்பது  
வாஸ்தவம்தான். அந்தக் காலத்திலே  
வீட்டிலே குழந்தைங்க 6-7 பேர்  
இருப்போம். பேசிச் சிரிச்ச  
விளையாடியே பொழுது போயிரும்.  
ஆனா இப்ப பெரும்பாலான  
குடும்பங்களில் இரண்டு அல்லது ஒரு  
குழந்தைதான் அவர்களுக்கு சுத்தமாக  
பொழுது போகாமல் உடலிலே சுதி  
என்று இருக்கிறார்கள். பிரண்ட்லோட  
சேர்த்து ஊர் கத்தினாலும் திட்டதோம்.  
பாவம் அவங்க என்னதான் செய்வாங்க.

கீதா: ஒன்றை கவனித்தீர்களா? நாம்  
குடுமபத்தாருடன் அமாந்து டி.வி.  
பார்க்கும்போது ஏதாவது ஒரு படத்தில்  
ஆபாசமாகக் காட்சிகள் வந்தாலோ  
பாடல்காட்சி தரக்குறைவாக வந்தாலோ  
நாம் சொல்லாமலேயே அவர்களாகவே  
எழுந்து போய் வீடுகிறார்கள்.

உஷா: இன்னொன்றையும் நாம்  
கவனிக்க வேண்டும். உடலியல் வீட்டுப்  
பெரியவர்கள்தான் திரும்பத் திரும்ப  
சினிமா கிளினா என்று பார்க்கிறார்கள்.  
மன ஏது பிள்ளைகள் அப்போட்டல்  
சொல்ல, டிஸ்கவரி சேனல் என்றுதான்  
விரும்பிப் பார்க்கிறார்கள். அப்போட்டை  
பாடப்பதும் பங்கெடுத்துக் கொண்டுவதும்  
சமுதாயத்தின் ஆரோக்கியத்திற்கு  
மிகவும் நல்லது.

பாக்கியசுரீ: அட்வைஸ்  
பள்ளியும்போது படிப்பு  
விஷயத்திலாகட்டும், வேறு எந்த  
விஷயத்திலாகட்டும் மற்றவர்கள்  
முன்னிலையில் அட்வைஸ்  
பள்ளியைவைத்ததான் இயைவ

தனவரற்ற விரும்புவதில்லை. அதிலும்  
அட்வைஸ் எங்கிற பெயரில் சத்தம்  
போட்டுத் திட்டுவதையோ  
அதிட்டுவதையோ அவர்கள் சுத்தமாக  
விரும்புவதில்லை. தனிமையில் யாரும்  
அருகிலில்வாத தேரத்திய அவர்கள்  
மனநிலை அறிந்து தாம் அட்வைஸ்  
செய்யும்போது அவர்கள் நிச்சயமாகக்  
கேட்டுக் கொன்னத்தான் செய்கிறார்கள்.  
அந்த மாதிரி தேரங்கனில் தாம் செய்யும்  
அட்வைஸிற்கு மதிப்பு அதிகம்.  
நிச்சயமாக உணர்ந்து இருந்திக்  
கொள்கிறார்கள்.

உஷா: மொத்தத்தில் அவர்கள்  
அறிவுக்கு மதிப்புக் கொடுக்க வேண்டும்  
என்றும் திறமைக்கு மரியாதை கொடுக்க  
வேண்டும் என்றும் அவர்கள்  
திறமைப்போடு தங்களுக்குள்ளாக  
கண்ணியம், கட்டுப்பாடு வைத்திருக்கும்  
அவர்கள் தங்கள் பெற்றோர் தங்கள்  
மேல் மிகுந்த நம்பிக்கை வைக்க  
வேண்டும் என்றும் எதிர்பார்க்கிறார்கள்.  
நாமும் அவர்கள் அறிவிக்கும்  
திறமைக்கும் மதிப்புக் கொடுத்து நாம்  
அவர்கள் மீது முழு நம்பிக்கை  
வைத்திருக்கிறோம் என்பதை  
அவ்வப்போது வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

லக்ஷ்மி: இன்றைய பெற்றோர்கள்  
அவரவர் வேலைகளுக்கே நேரம்  
இல்லாமல் தவிப்பதுபோல  
சொல்கிறார்கள். எது எப்படியானாலும்  
வாரத்தின் ஒரு நாளை தங்கள்  
பிள்ளைகளுக்காக ஒதுக்க வேண்டும்.  
அன்புடனும், தோழனம் உணர்வுடனும்  
அவர்களுடன் பெற்றோர் பழகினால்  
அவர்கள் தங்கள் பெற்றோரைவிட்டு  
மனதளவில் நிச்சயமாக விவசிய  
பெயர்விட மாட்டார்கள்.

தொகுப்பு: சரஸ்வதி

ஒய்வொரு பருவத்திலும் சில நோய்  
கள் பிரத்தியேகமாக பீடிக்கும். வயதான  
வர்களுக்குத் தோன்றும் நோய்கள் பல  
உள்ளன. வயதானவர்களுக்கு நோயியோ  
பதி மருத்துவத்தில் சிறப்புப் பற்றி அந்  
துறையில் பிரபலமான டாக்டர் ஆர். குமா  
சம்பந்தம், இரவில்வே சிகிச்சை அக்  
கடிண்டல் ஆபீசான பணிபுரிந்து ஒய்வு  
பெற்ற அஜீம் மற்றும் அவரது மனைவி  
பாத்திமாவுடன் பேசிக் கொண்டிருந்த  
போது கிடைத்த மருத்துவத் தகவல்  
கள் -

காரணம், இவ்வைய நூலாக மக்களுக்குக்  
கொஞ்சம் கூட உடற்பயிற்சியே இல்லை.  
சிலருக்கு ஹார்மோன்ஸ் இம்பேலன்ஸ் இவ்  
லாம வெலிட் போடுவாங்க. எதிராய்வு  
கொண்டிரு முக்கியமாகச் சொல்லுவாம். நோயி  
யோபதி மருத்துவனாக வெலிட்டை குறைக்க  
லாம் காரணத்தை காரியா அறிஞ்ச சாப்பிட  
னும் மூட்டுவலி, ஹார்ட் டிரபுள் இருந்தா  
கடுமையான உடற்பயிற்சி செய்ய முடியாது.  
ஒரளவுக்கு வாக்கிங் போகலாம். டயட்டை  
தவ்வா கண்ட்ரோல் செய்வனும்.

அஜீம் : வயதானவர்களுக்கு நடுங்க  
ஆரம்பிக்கிறது. "பார்சுலிங் கோனிலம்"

# வயதானவர்களுக்கு

அஜீம் : வயதானவர்களைப் பின்பி  
பிரகார, டைலாபெடிஸ், குமெட்டி  
லம், நரம்புக் கோளாறு, மிட்லி  
கோளாறு என்று ஏதாவது வந்து  
தொல்லை கொடுக்கும். நோயியோ  
பதி சிகிச்சையினால் எந்த மருந்திரி  
தோய்க்கு நிறப்பா சிகிச்சை இருக்  
கும்?

டாக்டர் : பின்பி பிரகார, காக  
கரை விவாதி, மிட்லி பெய்லியர்  
இருந்தா தொடர்க்கு மருந்து சாப்பிட  
முதலான ஆகஸ்தம் சர்க்கரை விவாதி  
நோய்களில் இவ்வகைய ஊதி போட்டுக்  
காத வகை கட்டுப்பாடும் நோய் ஆரம்ப  
ஸ்டேஜ்வே இருந்தா தவ்வா கட்டுப  
படும். சில சமயங்களிலே குணமே ஆயி  
ரும். இரத்தக் கொதிப்பு இருந்தா

காரணம் என்னான்று அறிஞ்ச சிகிச்சை  
பெறனும். உதாரணமாக கொல்லுட்ரால்  
தவ்வா கட்டுப்பாடும். இரத்தக் குழாய்  
கடினமாகாத தடுக்கும். மூட்டுவலி, நரம்புக்  
கோளாறுக்கு முழுவுதுமான குணமே  
கிடைக்கும் புரான்டேட் கரப்பி விவியனால  
மருத்துவமையே குணமாகக்கலாம்.

பாத்திமா : இரத்தக் கொதிப்பு, ககர்,  
மூட்டுவலி இப்படி எந்த விவாதி இருந்தா  
லும் ஓவர் வெலிட்டோதான் காரணமென்று  
சொல்றாங்க. இந்த வெலிட்டை குறைக்க  
முயலாதா?

டாக்டர் : ஓவர் வெலிட்டோதும் காரணம்  
பரம்பளையா இருக்கலாம். டயட் கண்ட்ரோல்  
இல்லாம சிக்கை, மட்டனனு என்வெய்  
பதார்த்தங்கள், மீட்ட சாப்பிடறதும் ஒரு



# ஊட்டம் வெய்யா!

வந்துருன்னு சொல்றாங்க. இதுக்கு மருந்து  
சாப்பிட்டா குணமாகாதாமே!

டாக்டர் : வயதானவர்கள் நரம்புத் தளர்ச்சி  
ஏற்பட்டு கைகால் தடுக்கம் வருதும். மதுப்  
பதக்கம் இருந்தா நிச்சயம் வருதும். 'பார்சுலிங்  
கோனிலம்' நடு மூளை செய்கன் செயல்  
குறைகிறதுனாலே வருது. இதுக்கு எங்க மருந்து  
தவ்வா பலன் அளிச்சிருக்குது. நரம்புக்

கோனாதுலே முகத்துலே ஒரு வசடு வராம  
கஷ்டப்படுவாங்க. நல்லா குணம் கிடைச்சு  
சிஞ்சு. அப்பறம் இந்த மாடிரி நோய்க்கு  
மருத்தே இல்லைன்னு சொல்வாங்க. என்  
அனுபவத்துலே சிசிச்சை பெற்ற பேஷண்ட  
ஒருத்தர் ரொம்ப நல்லா குணமாகி விட்டார்.  
இப்ப கைக்கிள் ஓட்டறார். சாப்பிடறார்.  
ஆக்கியவா இருக்கார்.

பாத்திமா : 'கேன்சருக்கு' மருத்தே இல்  
லைன்னு சொல்வதற்கு உங்க தோராயியோ  
பதிலிலே ஏதாவது மருத்தைக் கண்டுபிடிச்சு  
சிஞ்சுக்கானா?

டாக்டர் : கேன்சர் வரந்துக்குக் காரணம்  
செல் அணுக்கள் கன்னாயினனானது  
பிரிந்து பெருசாயிடறதுதான் மரு. கொழுப்புக  
கட்டி, உடம்பிலே எத்தக் கட்டி வந்தாலும்  
செல் அணு அதிகமா பிரிவந்துதான் காரணம்.  
எங்க மருத்துவத்தாலே மரு. கொழுப்புக  
கட்டி, நெம்புக கட்டி எல்லாம் கூட சரியா  
விகுக்கு. கேன்சரும் ஒரூசிலே பேர் ஆரம்ப  
நிலையிலேயே வந்ததிலே குணமாடைத்தேக்க  
காங்க. கேன்சர் குணமாகாதுக்குக் காரணம்  
முற்றிய நிலைதான். அதோடு வயசாடு  
உடம்பிலே கத்திலலாம தோவை எதிர்த்துப்  
போராட முடியாம பொறுதுதான். கான்சர்  
பரம்பரையா வரும். அப்படியிருத்தா தடுக்க  
மருத்து எங்க மருத்துவத்திலே இருக்கு.

அஜீம் : வயசானா மூட்டுவலிய்கறது ஒரு  
பொதுவான பிரச்சனையா போச்சு, வயசான  
வங்களுக்கு மூட்டுவலி வராம தடுக்க முடி  
யாதா டாக்டர்?



இப்போதெல்லாம் ஸ்பைஷல் மைசுட் பாகு வித்  
மினரீகள். ரொம்பவும் மிதுவாக தேய் சோட்ட (எத்  
தனை நான் ஆனாலும் உறையலே உறையாது.)  
சோட்ட. இதன் ஸ்பைஷல் என்ன தெரியுமா? 250 கிராம்  
கடலை மாவிற்கு 100 கிராம் பாக் பவுட் தன்கு கலத்து  
சாதாரணமாக விடும் தெய்வைய விட் பாகு என்றால்  
4½ பங்கு 1½ மடங்கு அதிகமாக விட்டு எப்போதும்  
போலி சர்க்கரைச் சேர்த்துக் கிளையுங்கள். அப்பறம்  
என்ன நீங்கள் கூட மைசுட்பாகு ஸ்பைஷல் கிண்டான்!  
(ஸ்விட் ஸ்டரக்காரரிடம் தெரிந்து கொண்ட சர்க்கரம்  
உங்கள் காதோடு)

- என்ஜி ப்ரின்சிபாலன்.

டாக்டர் : வயசானவங்களுக்கு மூட்டுவலி  
வரந்துக்குக் காரணம் பெரும்பாலும் உடல்  
பருமன் அல்லது எலும்புத் தேய்மானம் இருக்  
கும். ஒருசிலருக்கு பரம்பரையாகக் கூட  
இருக்கலாம்.

பாத்திமா : டாக்டர்! ருமேட்டிசைத்  
துக்குக் ஆரத்தனாடினாக்கும் என்ன வித்தி  
பாச்சி?

டாக்டர் : ஆரத்தனாடினாது சொன்னா  
பொதுவான பேரு. எந்த ஜாயிண்டுலே வலி,  
விசும் வந்தாலும் அது ஆரத்தனாடினதான்.  
இதில் பகவடை இருக்கு. அதுலே ருமேட்டி  
சைம் ஒரு வகை ஒருசிலருக்குக் கால் பெரு  
வீரலில் வலி ஆரம்பிச்சு எல்லா ஜாயிண்டும்  
வலிக்கலாம். இதுக்கு 'கேன்ட'ரூஸ் பேரு.

என்ன வயசிலே கால்செல், தொண்டைப்  
புண் வந்து மூட்டுவலி ஆரம்பிச்சு இருக்க  
லாம் இதற்கு கோனாது கூட இருக்கும். இதை  
ருமேட்டிக் ஆரத்தனாடினாது சொல்றோம்.  
பரம்பரையா வந்து வகை ருமட்டாய்டு ஆர்த்  
னாடிஸ் எலும்புத் தேய்ந்து மூட்டுவலி வந்தா  
அது ஆக்ஸிஜோ ஆரத்தனாடிஸ். இது மட்டு  
மிகலாம் சோரியாஸில், டி.டி., பாலவிளை  
தோவனாலே கூட வரலாம்.

அஜீம் : எனக்கு 63 வயசாகுது. மூட்டு  
வலிக்கு எலும்புத் தேய்மானம் கார  
ணமன்னு சொன்னீங்க. நான் உங்க மருத்து  
சாப்பிட்ட மூன்று மாதத்திலேயே நல்ல  
குணம் தெரிகுது. இப்ப நல்லா உட்கார  
முடியுது. இப்ப வலி இல்லை, வலி  
மறுபடியும் வருமா?





நான் ஏன்  
அல்லூரிக்கே  
போகிறேன்  
தெரியுமா ?

10 %  
மாபெரும்  
தள்ளுபடி  
முதல் ஜூலை 10

நியாயமான விலை!  
தேர்ந்தெடுக்க நிறைய  
ரகங்கள் !!!  
வாடிக்கையாளர்களை  
உபசரிக்கும் முறை !!!  
இப்படி நிறைய சொல்லலாம்,

எமது புதிய அறிமுகம் :  
பேன்ஸி பனாரஸ் காட்டன்  
சேலைகள் (with Mirror) .  
விபுல் சேலைகள், காட்டன்  
பேன்ஸி சேலைகள்.

நீங்களும் ஒருமுறை அல்லூரிக்கு  
செல்லுங்கள் அப்பொழுதுதான்  
நான் சொல்றது சரி என்று  
உங்களுக்கு தெரியும்.

பெண்களின்  
பிரத்யேக ஷோரூம் உலகம்

அல்லூரி சாரீஸ்

சேலைகள், சுடிதார்கள் ரெடிமேட் பிளவுஸ்கள்  
4/38, P.K. மடம், சாலை எம்லாப்பூர்,  
லஸ் கார்னர், சென்னை.  
போன் : 4935791

மாங்கையரின் தீங்காத நினைவு அல்லூரி சாரீஸ்

## 23.07.1998 ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி கலசபூஜை, யாகம் அழைப்பிதழ்

நற்போது ஒவ்வொருவர் இல்லத்திலும் ஏதாவது ஒருவித கஷ்டம், நஷ்டம், துக்கம், பயம், வறுமை, பலவித தடைகளினால் குடும்பத்தில் பிரிவும் வெறுப்பும் இருந்து வருகிறது. இன்னும் பல தபர்கள், அகரகுணம் நிறைந்தவர்களால் ஏலப்பெற்ற ஏவல், பிச்சி, குடும்பம் கைப்பு இவற்றினால் பல துன்பங்களை அனுபவித்து வருகிறார்கள்.

இத்தகைய நோஷ நிவாரணத்துக்காகவும் அன்பர்களின் மன சாந்திக்காகவும், சென்னைகை அடுத்த கோவனம் குப்பம் ஸ்ரீ கன்னிகா பரமேஸ்வரி கோவில் அருகில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி சந்நிதியில் 23-7-98 வியாழக்கிழமை காலை ஆக அமாவாசையை காலை 8 மணி முதல் மதியம் 3 மணி வரை ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி 108 கலச பூஜை, ஸர்ப்ப சாந்தி பூஜை, மஹா யக்ஞம் நிறைவேறுகிறது.

இதுவரை பூர்த்தியாகாத கார்பங்களான பூர்த்தி செய்து தர வேண்டும் என்ற சத்திய சங்கப்பத்துடன் இந்த கலச பூஜையின் ஒரு கலசம் கந்தாபித்து தன்மைகள் பெறலாம்.

பிரதான கலசம் ரூ. 1001, உபகலசம் ரூ. 501, ஸர்ப்ப சாந்தி பூஜை ரூ. 501, பிதுர்தோஷ நிவாரணத்துக்காக அன்னதான டெண்டன ரூ. 5000, ஸ்ரீ தேவிக்கு புஷ்பாஞ்சலி ரூ. 5000 யாகஞ்சுட உபயம் ரூ. 10,001. உபயதாரர்கள் தமது மற்றும் குடும்பத்தினரின் பெயர், நட்சத்திரம், கோத்திரம், பரிகாரம் காண வேண்டிய குறைகள், தெளிவான தபால் முகவரி ஆகிய விபரங்களுடன் உரிய உபயத் தொகையை ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா மஹாபீடம் டிராப்ட், சென்னை என்ற பெயருக்கு DRAFT எடுத்து, ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா மஹாபீடம், 2136 கன்னப்பிரான் கோவில் குறுக்குத் தெரு, கிழக்கு கடற்கரைச்சாலை, உத்தண்டி, சென்னை - 600 118 என்ற முகவரிக்கு 20-07-98 க்குள் அனுப்பும்படி வேண்டுகிறோம்.

நிகழ்ச்சிநிர் : [23-7-98 காலை 8 மணி முதல் மதியம் 3 மணி வரை] ஸ்ரீ விக்கனேஸ்வரர் பூஜை, நவக்கிரஹ பூஜை, சங்கப்பம், கலச கந்தாபனம், ஐபம், ஸர்ப்பசாந்தி பூஜை (ராகு கேது பரிதி) ஆவரண பூஜை, பிரதான யக்ஞம், குணினி, சரபேஸ்வரர் ஹோமம், பூர்ணாஞ்சி, கவாலினி பூஜை, கன்யா பூஜை, தீப ஆராதனை, மஹாபிரஸாத விநியோகம், அன்னதானம்.

குறிப்பு : யக்ஞ குண்டத்தில் ஸர்ப்பிக்க 5000 செத்தாமரைப் புஷ்பம் தேவை. பக்கவாத நோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இந்த உபயம் செய்து அம்பரன் அருளைப் பெறலாம்.

Benedictor - Emeritus :  
Dr B D JATTI, Former Vice President of India

Founder - President  
Sath Guru Prathyangira Swami

### COMMITTEE FOR THE TEMPLE PROJECT

Sri V. BHASKARAN, Regional Office, South Indian Bank Ltd., Chennai  
Sri. P.G.P. RAMAKRISHNAN, Industrialist, Singapore. Sri. DHARAM CHAND JAIN, Astrologer,  
Chennai, Srinath. P. CHITRALEKHA Dr. RANGABHASYAM, Chennai

நவரஸப் பொடி -

தேவையான பொருட்கள் :

உண்டாக்காய வற்றல் - 2 கப், வேப்பம் பூ (உலர்ந்தது) - 11 கப், கருவேப்பிலை இலை - 2 கப் (புதுசாக இருக்க வேண்டும்), கக்கு - பெரிய தூண்டு (இரண்டு), ஜீரா - 6 உப்புடன், மிளகு - 2 உப்புடன், மிளகாய் வற்றல் - 6, கருகு - 2 உப்புடன், பெருங்காயம் - நெய்விக்கையளவு, தேவையான உப்பு (2 டேசன் கூபுடன்)

செய்முறை :

கருவேப்பிலையைத் தவிர மற்ற எல்லா சாமான்களையும் எண்ணெய் விடாமல், இதுபய் உட்டியில் தவித்தவியாக வறுத்துக் கொண்டு, எடுத்து எல்லாவற்றையும் கலக்கவும்.

2. கக்கை ஒன்று இரண்டாக உடைத்துப் போட்டு வறுத்து, மேல் சாமான்களுடன் கலக்கவும்.

3. கருவேப்பிலை இலையை நன்றாக அரைச்சி, வடிய வைக்கவும். (இதை முதலிலேயே செய்து வைக்கவும்) வானவிரிக் சரம் போகும்படி வறுத்து, மேற்கொள்ள சாமான்களுடன் சேர்க்கவும்.

4. கருகு வெடித்தவுடன் எடுத்து விடவும்.

5. பெருங்காயம் உடைத்துத் தூள் செய்து, பொரித்துக் கொள்ளவும்.

உப்பையும் வறுத்து, எல்லா சாமான்களையும் ஒன்று சேர்த்து, மிச்சியில் பெசடி செய்து நன்றாகக் கிளதி, சரம் (கை) படாமல், சரற்றுப் புகாத பாட்டியில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். எவ்வளவு மாசமானாலும் கெடாது.

1. வயிற்றுப்போக்குக்கு உட்கூட குழைய சாதம் சமைத்து, தட்டிக் போட்டு சாதம் நடுவில் 2 (அ) 3 கூபுடன் பொடிப் போட்டு, நம்மவன்மென் கொஞ்சம் விட்டுச் சேர்த்துப் சேர்த்து. 5, 6 உருண்டை சாப்பிடுகவும்.

பிறகு, ஆறிய சாதத்தில் புளிக்காத மேல் சாதம் சாப்பிட (2 வேளை காலை - மாலை) உடனே வயிற்றுப்போக்கு நின்று விடும்.

- ருக்மணி

டாக்டர் : ஏழம்புத் தேயமானம் இருந்தா லானவுக்குத்தான் வலியை குறைக்க முடியும். ஆனா, உங்களுக்கு நல்லா குணம் தெரியுது. மறுபடியும் வந்தாலும் அவ்வளவு அதிகமா இருக்காது. உங்க பாடி வெயிட்டை கொறைக் கணும். என்னென்ன பதார்த்தங்கள், மட்டன், மூட்டைவெல்லாம் சாப்பிட்டாங்க.

பாத்திமா : எனக்கும் ஒரு மணி நேரத் திந்து மேல் திண்ணுவிட்டே இருந்தா வயி் இருக் குதே டாக்டர்!

டாக்டர் : நீங்க அதிகமா மூட்டுக்கு பார்த்ததை கொடுக்கறதுனாலே வயி் எடுக்குது. கொஞ்சம் வேஸைப் பழநாவ குறைவுக, உங் களுக்கு தரிஸ்ட்ரெக்டரி செஞ்சுருக்கறது னாலே ஹாரமோனிஸ் இம்பேலன்ஸ் இருக் கும். அதனாலேதான் ஒவா் வெயிட்டி் ஏழும் புலே எவ்ஸியம் நல்லா சேராதுதனாலே தேய் மாணும் இருக்குது. தொத்தரவு ரொம்ப இருந்தா மட்டும் ஹோமியோபதி மருந்து சாப் பிடுங்க.

அதீம் : எனக்கு ஒரு டாக்டர் ஜாயன் டுவிஸ் நீர் வத்தியிருக்கன்னு சொன்னாரு. ஆனா நிறைய பேரு நீர் கோத்து நீர் உட் டுன்னு சொல்றாங்க. அதென்ன அப்படி?

டாக்டர் : ஜாயன்டுலே இருக்குற மூட்டு

சவ்வு புண்ணாமி நீர் அதிகமா கரத்தா கால் வீங்கி தடக்கும் போது 'சஞ்சு' 'செஞ்சு'ன்னு வலிக்கும். டாக்டர்ஸ்ட்ருவே உட்கிர முடியாது. மாடிப்படி ஏற முடியாது. காலை மடக்க முடியாமல் கஷ்டப்படுவாங்க. சவ்வு தேய்ஞ்சு நீர் வத்தி போயிடலாம். பெரும்பாலும் எலும் புத் தேய்மானம் ஏற்படும் போது வருது.

பாத்திமா : எனக்குத் தெரிஞ்ச ஒரு வரோட பையனுக்கு கால், கை, விரல் கமெல்லாம் வீங்கி போயிருக்கு. இரத்தத் துலே பூரிக் ஆசிட் அதிகமாக இருக்கறது னாலே 'சைலோரிக்'தய் கற மருந்து சாப் பிட்டும் குணமாகலை. இது குணமாகாதா? இங்கு ஹோமியோபதி சிசிச்சை எப்படி?

டாக்டர் : இதைத்தான் நான் 'கெளட்'ன்னு சொன்னேன். நம்ம உடம்பு பூரிக் ஆசிட் உப்பை நல்லா உட்கிரகிக்காத தனாலே ரத்தத்துலே கலந்து, ஜாயன்டுலே உள்ள நீரிலேயும் கலந்து விடுகிறது. உப்புத் தன்மை அதிகமா இருக்கறதுனாலே வீங்கி வலி வந்திருது. மூட்டு வலிண்ணாலே ஹோமி யோபதிதான் சிறந்த வைத்தியமுன்னு நான் சொல்லுவேன். அது எத்த வகையாக இருந்தாலும் சரி. நம்ம உடம்புலே இயக்கத்தைச் சீராக்கி நார்மலா செலப்பட வைக்கிற திறன்

தேராமியோபதிக்கு உண்டு. அதனால்தான் மறுபடியும் வர்றதில்லை.

அதீம் : எனக்கு ஒரு டாக்டர் ஐயம் ஒலே ஊசி போடச் சொன்னார். தான் ஊசாரிக்குப் பார்த்ததுவே ஆறு மசமன்கள் மறுபடியும் வந்திருமனு சொன்னாங்க. அந்த மாநிரி ஊசிவெய்வரம் ஏன் தேராமியோபதி மருத்துவத்திலே இல்லை?

டாக்டர் : தேராமியோபதி மருத்துவம வசியெவகையம் இவ்வாறு. அதுக்குத் தேவை யுமில்லை. ஒரு பலர் மாநிரி தாங்க குடுக்கற மருத்து உடல் இயக்கத்தை கட்டுப்படுத்துது. அதுவும் கொஞ்சம் வ்யோவா. ஊசு எபெக்ட் எதுவும் இல்லாம தீங்களை இதை உணரத் திருப்பீங்க. ஒரு மசம கழிசகத்தான கொஞ் சம் பரவாயில்லவளனு சொன்னீங்க தேராமியோபதியிலே கருமுரடான சிவிகை இருக்காது.

பாத்திரம் : எனக்கு வலது கால் மரத்துப் போயது. ஏ.சி.யிலே படுத்தாலே, சூலிர் தண்ணீர் பட்டாலோ அதிகவாயது. எனக்கு இருப்பு எக்ஸரே எடுத்துப் பார்த்து இருப்பிலே 'டிஸ்க் புரொஸெப்சன்' இருக்கவளனு பார்த்தாங்க. ஒண்ணுமில்லை. இது ஏன்?

டாக்டர் : உங்களுக்கு எலும்புத் தேய்மானம் இருந்து இருப்பு எலும்பிலே இருந்து வர்ற நரமைய அழுத்தி பிடிக்கறதுனாலே வலி வருலாம். இது ஆரம்ப திணியா இருக்கலாம். ரொம்ப தேய்மானம் இருத்தாலோ அவ்வது 'டிஸ்க் புரொஸெப்சன்' இருத்தாலோ தொண்டியிலிருந்து வலி உள்வெளியாக வளர் போகும் இளைப்பு பதிக் கவனமையடாநீங்க மூட்டு வலி மாநிரியே இருப்பு மூட்டும் சரியாகுர்.

அதீம் : கழுத்து வலிக்குக் காரணர் போட்டுக்கறாங்க. இதுக்கு தேராமியோபதி சிகிச்சை உபயோகமா இருக்கும் டாக்டர்?

டாக்டர் : இருப்பு வலி மாநிரி கழுத்து எலும்பு தேய்ஞ்சாலும் வலி வரும் எனவோட ஆறுபவத்திலே எத்தனையோ பேருக்கு சரியா விடுக்கு. காலர் போடறது கழுத்துக்கு வழுத்துக் கடியை "படி வசக" படுக்கறதெல்லாம் அப் போனதய தொத்தாவை நீக்கப் பயன்படுத்தலாம்.

பாத்திரம் : ஊ, கால்லே வலி வந்தா அது நரம்பு வலியா? இரத்த ஒட்டம் சரியில்லாம வந்ததா. இல்லை சதை கோணா நானு எப்படிக்க கண்டுபிடிக்கறது. ஒரு ஊசு ஊ கால் வராம போவியோவளனு பயமா இருக்கு?

டாக்டர் : மரத்துப் போறது நரம்புக் கோணாலையேவும் வரும். இரத்த ஒட்டம் சரியில்லாமவல்லாம் வரும். நரம்பு வலியா இருத்தா அப்பப்ப வந்துட்டு போகும். சதை வலியா இருத்தா தொடர்ந்து அப்படியே இருக்கும். ஒரே இடத்துலே இருக்கும். பிளட் பிரஷர் இருத்தா பக்கவாதம் வர சாஸல் இருக்கு. பிடி, சிசரெட், கருட்டு கூடாது. சாக் கரை இருத்தா தலை கண்ட்ரோல்லே வச்சகணும். கொவல்ட்ராஸையும் குறைக்கணும். அப்படியிருந்தா அனாவசியமா பயப்பட வேண்டியதில்லை.

அதீம் : மூட்டுவலி வந்தா என்னென்ன சாப்பிடக் கூடாது. ஏன் தேராமியோபதி மருத்து சாப்பிடறப்ப ஊ, கால்லே வேண்டாமனு சொல்றீங்க?

டாக்டர் : தாங்க கொடுக்கறது ஒரு 'டயனமிக் மருத்து'. கால்பி, டி இவற்றை வலு விழக்கப் பண்ணிடும் எல்லா மருத்துகளையும் இல்லை; ஒருசில மருத்துகளை மாத்திரம். அதனாலே மருத்து சாப்பிடறதுக்கு ஒரு மணி தேரம் முன்னடியும் பின்னடியும் சாப்பிட வேண்டாமனு சொல்றோம்.

மூட்டு வலியைப் பொறுத்தவளராலே 'கெண்ட்' நோயாளிகளை அவரை, பீஸஸ், உருணைக் கிழங்கு, முட்டை கோஸ், முருங்கை காய், சேனைக்கிழங்கு வேண்டாமனு சொல்லுவோம்.

பாத்திரம் : அலோபதி மருத்து மாநிரி தேராமியோபதியிலேயும் எல்லா டெஸ்டும் பண்ணிக்கிட்டு கண்ணாமா?

டாக்டர் : இரத்த டெஸ்ட், க்ரேஃன், எக்ஸரே எல்லா மருத்துவத்திற்கும் பொதுவானது. அதை வச்சத்தான் நோணைப் பற்றி முழு மையாக அறிய முடியும் எப்படி குணமாகிட்டு வருது? வேற ஏதாவது காம்ப்ளிகேஷனலே கொண்டு போய் விடுமானு அறிய முடியும் இதை வெச்சத்தான இப்ப மருத்து வக் கல்லூரிகளிலே அனாடமி, பீஸியாலஜி சர்ஜரி முதற்கொண்டு எல்லாம் கத்துக் கொடுக்கறாங்க ஆனா நோயாளியை அனுசுர முறை வேறே வேறா இருக்கும். இரத்தத் தலே சூரிச் ஆசிட் அதிகமா இருந்து தொத்தரவு இருத்தினு வச்சககங்க. சிவிகைக்கு பின்னாலே குணமானதை ஆதாரபூர்வமா காட்டலாம். (டாக்டர். ஞானசம்பந்தம், சென்னை இரவப்பேட்டை லாபிட்ஸ் சாலை, தேறம்மாவிலி கல்யாண மண்டபம் ஏதிரிய் தொ : 822 33 88) கிளினிக் நடத்தி வருகிறார்.)





**அதிர்ஷ்டக் கற்களின் மூலம்  
பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க**

சாரி, தட்சத்திரம், தேதி, மதம் பார்த்து ஜாதிகர்கள் அணிவதால் போதிய பலன் அளிப்பதில்லை, ஜாதகத்தினை துல்லியமாக கணித்து தற்போதைய பலன்கள்படி ஜாதிகர்களை அணிவதன் மூலமே பலன் அளிக்கிறது என்று சபை மெடிகள் கூறியுள்ளார்கள்.

**K.P.** ஜூவல்லரியில் வித்தியாச மான முறையில் தங்க நகை வியாபாரம் செய்வதோடு பாரம்பரியமிக்க ஜோதிடரைக் கொண்டு ஜாதகத்தை துல்லியமாக கணித்து குடும்பத்தில் சூழல்பம், தடைபடும் திருமணம், புத்திர தோஷம், செல்வாப் தோஷம், வீடு, மனை, வியாபாரம் இவைகளுக்கு ஏற்ப அதிர்ஷ்டக்கல் அணிந்து பூணா வெற்றி பெறலாம்.



**K.P. இராமச்சந்திரன் & ஜெம்ஸ்**

11. துணைநாயி ரோடு, (பாலம் அருகில்), தி. நகர்.  
சென்னை - 600 017, டி : 4341186 / 4320132

இத்தாலி பவளம், ஐதாபாத் முத்துக்கள் தங்கத்திலும் வெள்ளியிலும் கிடைக்கும். எங்கள் மூலம் ஆபிரிக்கன்களானவர்கள் பயன்பெற்று ஆனந்தமாக வாழ்கின்றனர்.

அழகு மிளிரும் அடர்த்தியான கூந்தலுக்கு



**(குண) கூந்தல் நைலம்**

**666 உபயோகிப்பதன் மூலம்**

- தலைமயிர் தீண்டு. கறுத்து. அடர்ந்தியாய் வளரும்.
- தலைமயிர் உதிர்ந்தம் செம்பட்டை. திரும், இளம். மித்த நகை. தகை அரிப்பு பொடுகு. மோசந்தால் செறிவ் உதிர்ந்தம் குணமாகும்.
- ஆண்டகர். பெண்டகர் அனைவருக்கும் ஏற்றது இயற்கை தரும் அறி உன்னத ஸூழிகைகளால் சித்த மருத்துவ ஸாஸ்திரியில் தயாரிக்கப்பட்டது.

**வினாக்கள்:**

**விபச்சகனாகுக்கு**



*Agasthiar Pharmaceuticals*

பிப்பெரூன்  
100 ml, 200 ml  
Packaging-காகித  
கிடைக்கின்றது.

Տնկիւնայն ցանկում բնակիչները, որ հիմնով արհեստական զբաղվում են, ցանկում պարունակվում են հետևյալ կերպ.



**மேஷ  
ராசி :**

அகவிலி.

பரணி, திருத்தினை 1-ஆம் பாதம்.

எதிர்பாராததொரு வெளியூர்ப் பிரயாணத்திற்கு வாய்ப்பு உண்டு. அப்படி ஒரு சூழ்நிலை உருவாகும் போது நன்கு யோசித்துத் திட்டமிட்டு மேற்கொள்வது நல்லது. இல்லையெய் அத னால் நில எதிர்பாராத தன் தாண்டங்கள் ஏற்படலாம். நென்ம சனி நீச்சம் பெற்று தாலும், அவ்வே உங்கள் ராசிக்கு லாபநிதி என்பதாலும் பொரு ளாதார நிலையில் முன்னேற்றம் காண்பதரிது ஆயினும் ராஜாவைத் தவிர இதர பிரகடன அனைதும் உங்களுக்கு உதவும் நிலையி் வேலே உன்னதாப வாகும் வாய்ப்புகளை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். இதுவரை புத்திர பாகியும் இல்லாத இனம் தம்பதிகள் ககிரம் ஸ்ரீ சத்தாள் கோபால திருக்கைர் ஆகியவா களுக்கு அர்ச்சனை செய்வது அல்லது அவா கள் சம்பந்தமான விதோத்திரங்களைப் படிப்பது ஆகியவைகளால் பலன் ஏற்படும் செயலாய் ஈர்த்தத்தில் ஆட்சி உச்சம் பெற்று அவர்களது தகை தடப்பவர்களுக்கு நல்ல தொரு காலகட்டம். புதனால முதல மூன்று வாரங்களில் சூரும்ப க்கம். தன்னாபம் இவை னைக்குத் தேனவாண நல்ல தொரு வாய்ப்புக் கள் அளமயும் சூரியன் அராத வுற வினர்க்குப் பதவி உயர்வைத் தந்துதவலாம். அதனால் உங்களை கௌரவம் உயரும் நல்ல தொரு ஆரோகியமும் உண்டு டல் உண் ராருவுக்கு அர்ச்சனை செய்வது நல்லது தூர்க்கைக்கும் சேர்த்தே அர்ச்சனை செய்வங்கள்.



**ரிஷப ராசி:**

திருத்தினை 3, 3, 4-ஆம் பாதங்கள், ரோமினி, மிருக சிரீமம் 1, 3-ஆம் பாதங்கள்.

குருவும், மாதத்தின் கடைசி இரண்டு வாரங்களில் புதனும், சூரியனும் உதவும் நிலை ஆனால் ககிரினோ மாதம் பூராவும் தன் லாபத்தையும் ககைதையும் தருவார். எதிர் பாராத விதத்தில் இதுவரை தடைப்பட்ட திருமணமோ, வீடு வாங்கும் விஷயமோ

# இந்த மாதம் எப்படி?

**ஜூலை '98**

கபமாக முடிவும். தடிப்புத் துறை வினர்க்கு நல்ல தொரு வாய்ப்பு வர உன் னது. யாரைப் பிடிக்க வேண்டுமோ அவர்களைப் பிடித்துக் காரியத்தைச் சாதித்துக் கொள்ளலாம். இது எத்துறையினருக்கும், எப்படிப்பட்டவா்க்கும் பொருத்தும் யோக காரக ளாகிய சனி நீச்சம் பெற்று உங்கள் இராசியின் இரண்டாம் இடத்தைப் பார்த் தாலும், விபரீதமாக ஏதும் திகழ்ந்திடாது. தாயாரின் உடல் நிலை சற்று கவலை சுவத தரலாம். எனினும்

உங்கள் ராசி தாதுமும், மாதா காரகனும் உச்சம் பெற்ற சத்திரமேயல்லவா? ஆகவே கவலை வேண்டாம். கண்களைப் பற்றிய கவலை தேவை. 30ந் தேதியிலிருந்து எல்லா விதத்திலும் உங்களை முயற்சிகளில் வெற்றி உண்டு மனநிலை ஏற்படும் விளை டயத்திலிருத் தும், நீய் உணவுகளிலிருத்தும் விற்பட ஸ்ரீ ஆதிசதேவரை வணங்குங்கள்.



**மிதுன ராசி:**

விருகசிரீமம் 3, 4-ஆம் பாதங்கள், திருவாதினை, பரணி பூசம் 1, 3-ஆம் பாதங்கள்.

சனி நீச்சம் பெற்று, அதே சமயம் உங்கள் இராசியையும், பார்த்திரார். எனினும் தொழி லியோ, மற்ற எத்தவிதமான வேலைகளிலோ உங்களுக்குப் பாதகம் ஏற்படாதவாறு குரு அருள்புரியலாம் கோட்சார ரீதியாகவும், குருவுக்கு உங்கள் ராசியைப் பொருத்த ஏற் படுகின்றன. கெத்திராதி பதய தோஷம் உங் கைய அனாடப பணிகளையோ, அல்லது உத்தியோகத்தையோ பாதிக்காது. வக்கிர நிலையில் உண் அவர் சும்பராசியில் பூரட் டாதி தட்சத்திரத்தில் மூன்றினைக் கடந்த 4ம் மாதத்தில் மீளத்தில் ஆட்சிக்கு வந்திருப்பதால் பாதிப்பை ஏற்படுத்த மாட்டார் எனலாம். மற்றபடி ராசுவால் எடுத்த காரியத்தில் வெற்றி உண்டு. இது எந்தக் துறையினருக்கும் எந்த விஷயத்திலும் பொருத்தும். எனவே புது முயற்சிகளைச் செய்வலாம். கெதுவால் சை கடிவர இருந்த ஒரு முகவிய இனத்தில் தேரால் ஏற்படலாம். எனவே தொடர்ந்து 5 நாட்கள் ஸ்ரீ வினாயகருக்கு வீட்டிலேயே படம் வைத்து விடிவற் ளானையில் 4 மணிவிலிருந்து 5 மணி அளவில் பூசை செய்தால் எல்லா

விதத்திலும் வெற்றி கிடைக்கும். சுக்கிரன் கசுத்தைத் தந்தாலும் இதர கிரகங்கள் மன அமைதியை இழக்கும் படியான சூழ்நிலையை உருவாக்கலாம். எனவே வருமுன் காப்போம். தந்தைத் தந்தையின் கருத்துக்குத் தோஷம் மாண மனதுடனும், கடின உழைப்பாலும் விதிவையும் வென்றிடலாமே.



## சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம்  
1-ஆம் பாதம்.

சுக்கிரன் சம்பந்தப்பட்ட அனைத்துத் துறைகளில் உன்னவர்களுக்கும் இலாபகரமான மாதம், கலை, கல்வி, வெளி நாட்டுப் பிரயாணம் அல்லது விலாபாரம் வாசனைத் திரவிய ஏற்றுமதிக்காரர்களின் தொழில், வீட்டை அலங்கரிக்கும் தொழிலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களின் திவை ஆசிய அனைத்து விஷயங்களிலும் இலாபம் உண்டு. வீடு வாங்கும் நிலையும, எதிர்பார்க்கும் திருமண நிகழ்ச்சியும் தடையின்றி எதிர் பாராதவிதமாக நடந்து முடித்திடும். அது போலவே செவ்வாயும் உதவ உள்ளார். அத னால் வழக்குகளில் வெற்றி உண்டு. அரசுத் துறையில் உன்னவர்களுக்கும், அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கும் உயர் பதவிகள் கிடைக்கலாம். இதுவசரையில் ஏதாவது

திக்கலில் சிக்கியுள்ளவர்கள் கட அது அரசு சம்பந்தமாக இருந்தாலும் அல்லது கடன் கோர்ட் விவகாரமானாலும் அவற்றிலிருந்து மீள துப தோமங்களை இந்த மாதம் செவ் வாயைக்கொண்டு உயர்வாக உயர்



1,2-ஆம் பாதங்கள்.

வக்கிர சூருவின் பார்வை உங்களுக்குப் பலவித இன்னல்களைத் தடுத்து நன்னமவைச் செய்யும். 10ல் உள்ள சுக்கிரன் குடும்பத்தில் சில பிரச்சினைகளை துரு பெண்ணின் மூலம் ஏற்படுத்தினாலும், சூரியன் உங்களுக்கு புகழுக் கும் கீர்த்திக்கும், மன அமைதிக்கும் பங்கம் வராமல் பாதுகாப்பார். அத்துடன் 6ல் உள்ள கேதுவால் பலவித இலாபங்கள் வர இருக் கின்றன. பெண்களுக்கு ஆபரணாதிகள் கிடைக்கும். அல்லது வாங்கும் யோகம் உண்டு. ஆண்களுக்கு லாகன வயிதிர இலாபங்களும் கிடைக்கலாம். மற்றபடி தெருப்புடன் பழகும் போது கவனித்து எச்சரிக்கையுடன் செயல் படுங்கள். உடனே என்ன ஏற்பட்டுவிடுமோ, எங்கு தெருப்பு பிடிக்குமோ, தீக்காயம் ஏற் பட்டுவிடுமோ என உளவியல் தாக்கத்திற்கு ஆளாகி விடாதீர்கள். குரு ராசியைப் பார்ப்ப தால் விபரீதம் ஏதும ஏற்பட்டு விடாது. உஷார படுத்துவது ஜோதிடன் கடமை. உஷாராக இருப்பது உங்கள் கடமையல்லவா? அதை விட்டுப் பறப்படுவானேன்? இந்த மாதத்தில் எந்தவித புது முயற்சியையும்



# ..பிரச்சனைகள் தீர்..-அதிர்ஷ்டக் கல் இலவசம்



\* தமிழகத்தின் சரித்திர நாயகன் புட்சித் தலைவர் எம்.ஜி.ஆர் கைரேகையை 1970லேயே ஆராய்ந்து 1977ல் ஆட்சியை பிடித்து 1987ல் மரணம் அடைவார் என்று துல்லியமாக கணித்து தமிழக பத்திரிகைகளால் பாராட்டப்பட்டவர்.

\* லட்சுமி கடாச்சியம், தொழில் விருத்தி அடைய, கடன் தொல்லை நீங்க, உங்களுடைய ராசி எண், அதிர்ஷ்டக் கல், வியாபார ஸ்தாபனத்தில் உட்காரும் திசை, பீரோதிசை போன்றவற்றை அறியலாம்.

⇒ தொழில் தடை, வியாபாரத்தில் நஷ்டம், குழந்தை பாக்யமின்மை கணவன் மனைவி பிரிவு, திருமணம் தடைபடுதல், காரியத்தடை போன்ற பிரச்சனைகளுக்கு வெற்றிகரமாக தீர்வு கண்டு வருகிறார்.

ஆதாரம்: தினகரன், தினமணி, தின பூமி, மெட்ராஸ் டைம்ஸ்

⇒ வாஸ்து சாஸ்திரப்படி தங்கள் வீடுகளை அமைக்க அனுசூங்கள்.

தங்களது ராசிக்கும் ரேகைக்கும் எற்ற அதிர்ஷ்டக் கல் இலவசமாக கொடுக்கப்படும்.

⇒ எங்களது சிறப்பு அதிர்ஷ்டக் கல் உபயோகிப்பதன் மூலம் மனஸ்தாபம், எதிர்புகள் மறையும், மேலதிகாரிகளின் தயவு இதனால் உத்யோக உயர்வு, காதலில் வெற்றி, வியாபாரத்தில் வெற்றி, வழக்குகளில் வெற்றி ஏற்படும்.

தங்களது மகளுக்கு அல்லது மகளுக்கு எந்த ராசி, எந்த நட்சத்திரத்தில், எந்த பெயரில் வரன் அடையும் என்பதை உடனடியாக தெரிந்து கொள்ளலாம்.

⇒ உங்களுக்கும், கம்பெனிகளுக்கும், கடைகளுக்கும் மிகவும் ராசியான பெயர் அளவத்து கொடுக்கப்படும். உங்கள் பிரச்சனைகளுக்கு கண்டிப்பாக விரைந்தியாக தீர்வுகள் காணப்படும்.

**ஜோதிட மேதை அ.கணேசன்**

19-A, முதல் தெரு, வரத்தியார் தோட்டம்,

ரங்கராஜபுரம், சென்னை - 600 024.

**STD - 044 - PH : 595 2715 & 595 7371**

**FAX : +91 - 44 - 4819 115 E-MAIL : KANNASSAN@HOTMAIL.COM**

மேற்கொள்ள வேண்டாம். ஆனால் அதைப் பற்றி ஆலோசிக்காமலும் இருந்து விட வேண்டாம். எந்தச் சமயத்திலும் உங்களுக்கு குறையும், மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியனும், முதல் 20 நாட்களில் புதனும் அருள் புரிவார்கள். முடிந்தால் ஸ்ரீ ஸைபல வக்ஷி பூஜையோ, அல்லது ஸ்ரீ சதய நாராயண பூஜையோ செய்யலாம். அஷ்டமஸ்தானத்தில் நீச்சமடைத்துள்ள சனியர்வரனுக்காக சனிக கிழமை தோறும் விளக்கேற்றலாம்.



## துலா ராசி:

சித்திரை 3, 4-ஆம் பாதகம், கவாதி, விசாகம் 1, 2, 3-ஆம் பாதகம்.

வகவிரம் பெற்ற குருவின் மாற்றத்தால், மீன இராசியில் குரு இருக்கும் வரை சில ஏமாற்றங்களைச் சந்திக்க வேண்டியவரும். எந்த விதத்திலும் உங்களுக்குத் தகுதியில்லாத நபர்களுடன் பழகுவதை நிறுத்திக் கொள்வது தல்லது. ஏனெனில் இம்மாதம் அப்படிப்பட்ட ஒருநாள் உங்களுக்குச் சில சிரமங்கள் உண்டாகலாம். கக்கிரன் மாதம் பூராவும் உதவும் நிலையில் உலாவ்வதால் உங்கள் குடும்பப் பிரச்சனைகள் சற்று குறைபலாம். எனினும் புத்திர ஸ்தானத்தில் உள்ள கேது உங்கள் குழந்தைகள் சம்பந்தமாகச் சில சங்கடங்களை குறிப்பாக ஒரு பெண்ணின் மூலம் ஏற்படுத்தலாம். டகனாய் மனநிலை பாதிக்கவும் செய்யலாம். எனினும் மாதம் பூராவும் புதன் உங்களுக்குச் சாதகமாக இருப்பதால் எந்தச் தொல்லைவும் உங்களைப் பாதிக்காதவாறு அவர் பார்த்துக் கொள்வார். இதைவும் எழுது

கிறீர்கள், அதையும் எழுதுகிறீர்களே, எதை எடுத்துக் கொள்வது எனக் கேட்கத் தோன்றுகிறதல்லவா? இதற்கு விடை அனுபவத்தில் புரியும். அதாவது சங்கடங்களும் வரும், அதே சமயம் எக்காரணத்தாலோ அளவு விலகவும் செய்யும். இறுதான் தவநாயகர்களின் ஆதிக்கம் எனப்படும். ஸ்ரீ ஆஞ்சநேயர், அவரது உபாசனை மூர்த்தியாகிய ஸ்ரீராமர் ஆகியவர்களை ஆராதிப்புகள். அல்லது ஸ்ரீ ஸைபல வக்ஷி பூஜையை மேற்கொள்ளுங்கள்.



## விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4-ஆம் பாதகம், அனுஷம், கேட்டை.

கேதுவும் புதனும் உதவும் நிலை. மாதக் காலட்சியில் புதன் கூட சற்று உடனடிப் பாதிக்கச் செய்யலாம். ரல் நீச்சம் பெற்றுள்ள சனியால் தன்மை ஏற்படாவிட்டாலும் பாதகம் ஏதும் ஏற்படாது. குருவால் சிலருக்கு எதிர்பார்த்த பதவி உயர்வு, மற்றும் தடைபட்ட திருமணம் நடக்கும் நிலை என சில இனங்களில் நல்லது கூட நடக்கும். மற்றபடி அனுபவித்துக் கழிக்க வேண்டிய நிலையே. மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரியனால் கீர்த்தியும், பதவி உயர்வும் உண்டு. கலையுநர் களுக்கு மட்டுமே தல்லதொரு குழந்தை ஏற்பட்டுள்ளது. குறிப்பாக படத்துறைவினர்க்குப் பலவிதத்திலும் முன்னேற்றத்தைத் தருவின்ற மாதமாக இருக்கும். நடிப்புத் திறன் உள்ளவர்களை பட உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தினால் அவர்களது தடிப்பாற்றலால் பட உலகையே ஒரு கலக்கு சுவை முடியும். இது பழம் நடிகருக்கும் பொருத்தும் வகையினர், மற்றும் நீதித் துறையினர்க்கு மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சில வழக்குகள் சவாலாக அமைந்து வெற்றியையும் தரும். விதாயக வழிபாடு நன்மை தரும். போலியானவர்களை அவர்கள் எந்தத் துறையிலிருந்தாலும் அவர்களது வேளம் வெளிப்பட்டு அடிமாணமடைபக்கடிய மாதமாக இருக்கும் ராகு அத்தகைய புகழ் நாசத்திற்கு வழிகோலுவார். மற்றபடி ஆத்மார்த்தமான ரிரத்தையுடன் கூடிய விதாயகர், வக்ஷி வழிபாடுகளால் மேன்மை அடையலாம்.

## பொன் மொழி

முதலை தண்ணீரில் இருக்கும்போது பானையை வெற்றி கொள்ளும். அது வேறு இடத்தில் இருக்க தேரிடுமானால் தாயிடம் கூட தேற்றுவீடும்.

- பஞ்சதந்திரம்

தகவல் : கே. ரஜேஸ்வரி



## தனுசு ராசி:

மூலம், பூரட்டம், உத்திராட்டம் 1-ஆம் பாதகம்.

இராசிநாதன் ஆட்சியில் இருக்கும் மாதம் என்பதால் பிரச்சினைகள் வந்தாலும் கவலைப்படத் தேவையில்லை. சனியர்வரனால் தொல்லை

# தள்ளுபடி விற்பனை

## 10% முதல் 50% வரை

13-7-98 முதல் 1-8-98 முடிய

- காஞ்சிபுரம் பட்டுடவைகள்
- மில் புடவைகள்
- சட்டியும் சூட்டியும்
- ரெடி மேட் ஆடைகள்

# PSA

## சில்க்ஸ் A/C

108, முதல் அக்டோபர், சேலம் - 1.

☎ : 266125, 267125

All Credit Cards Accepted



ESTD 1956

ஸ்

Tel. 704312, 705623

## ஓர் அரிய வாய்ப்பு

தங்கள் இதற்கு முன் காசிக்கு சென்ற சமயம் மாறப்பெய் வேந்திரங்களை

## கேதார் - பத்திரிநாதத்திற்கு

வாய்ப்பு வாய்ப்பு தீர்மானம் செய்யும். இப்போது அரிய வாய்ப்பு

12.7.98 ம் தேதி சென்னையிலிருந்து காலை 5.30 மணிக்கு 15 நாட்கள் கொண்ட ஐம்முதலி எக்ஸ்பிரஸில் ஒரு நாள் 3 டயர் கேரேஜ் புறப்படுகிறது. அதில் 12 இடங்களே உள்ளதால் கேர்ந்துகொள்ளவும். ஆக்ரா, மதுரா, டில்லி, அரித்தான், ரிஷிகேஷ், வேதார் பத்திரிநாத், அரித்தான், டில்லி, சென்னை, ரயில் காற்று (முழு பந்த) டைரி, டயன் 2 வேளை போஜனம் உட்பட ரூ.3250/- 6.7.98ம் தேதிக்குள் முழுத்தொகையை அனுப்பி ரிசன் செய்துகொள்ள வேண்டும்.

தேயுள்ளதிலிருந்து முக்திராத்திக்கு போய்வுர கண்ட ரூ.12,000/-வரை ஆகும். விபரங்கள் தேரில்.

15 நாட்கள் கொண்ட (SHORT-TOUR) ஸ்ரீ காசி யாத்திரை ஸ்பெஷல் 17.8.98ம் தேதி சென்னை, ஆக்ரா, மதுரா, ஜெய்ப்பூர், டில்லி, அரித்தான், அலகாபாத், காசி, கயா, சென்னை திரும்புதல். நபருக்கு டைரி, டயன் போஜனம் உட்பட ரூ.5975/- இன்னும் சில டிக்கட்டுகளை உள்ளதால் தேரில் வந்து பதிவு செய்து கொள்வது நலம்.

கிசாத்திக்கு ரூ. 2 டைன் அனுப்பி ஒரு கிசாக்கள் கொள்ள

## ஸ்ரீ நாமகிரி டிராவெல் சர்வீஸ்

34/A/2 நகரவாசம், மேலகித்தாமணி, திருச்சி-620 002.

PHONES: 706823 & 704312

R.E. தங்கவேலு, D. சேனா, R.E. சேனா, R. கண்ண



பால் (கெட்டு) தீர்ந்து விட்டால் வடிக்கடி, வெட்டிகளான பாலை மட்டும் எடுத்து சர்க்கரை அல்லது வெண்ணெய் போட்டுக் கிளறி எப்போதாவது. அல்லது பனீர் கட்டிகள் தயாரிக்கலாம். அல்லது ரசூலுடன் தயாரிக்கலாம். வடிக்கடியை, தெளிவான நீரை தூர கொட்டாவில், அதில் வெய்யத்தூள், சிறிது ரசூலிய இஞ்சித் துண்டு போட்டு காய்க்கலாம். சின் வடிக்கடி பருகலாம். இஞ்சி பாயலம் சூப்பராக இஞ்சிக்கும். தேன் கூட ஒரு ஸ்பூன் சேர்த்துப் பருகலாம்.

- பாவா இராஜேந்திரன்



குறைவே. செய்யால் கக்கிரன் இளைந்து கக்கிரமங்களை வேகத்ததைத் தர வேண்டிய நிலை ஆவிலும் 7ல் உள்ளதால் குடும்பத்தில் சிறு சிறு பிரச்சினைகளை தவறுதல்களாம் கெது ஒருவனை உதவும் நிலை எனவே நோரம்ப கணபதி நோரம்பம் செய்யவாம் அல்லது விதாயகப் புராணம் படித்து. விதாயகருக்கு படித்து முடிக்கும் தானில் அபிஷேகம் செய்யலாம் திருமண மாக வேண்டியவர்களுக்குக் காலம் கணித்து வரவில்லை. புதிய தொழிலும் மனதுக்கு ஏற்ற வகையில் மழிச்சினைத் தராது எந்த விதத்திலும் ஏறு போதனை மிகக் மாறும். உறவினர்களுடன் பணம், மற்றும் நட்பும் தன்மையைத் தராது. எனவே தகவியுள்ளதுவைத் தஞ்சை மண்டபங்கள். குருவின் பானவை பெறுகின்ற 8,10,12 இடங்கள் தொழிலில் விரைதலதக் குறைத்து முன்னேற்றத்ததைத் தரலாம் மற்றபடி மாணவர்கள் கூட கலாவல்லி மாணவையப் படித்து, வரலாயனைத் துதிப்பது தல்லது

உள்ளவர் கள் எச்சரிக்கையுடன் பணிபாற்ற வேண்டிய மாதம். தாது ரூபாய்த் தான் பெராக் ஐந்து ரூபாய்த் தான் தெரியும் வண்ணம் உங்கள் கண்கள் கவனமையே ஏமாற்ற கெது வாரணமாகலாம் ஆகவே கவனமும் கருதலும் உங்கள் செயலிலேயே இருப்பது தல்லது குரியனால் ஒரு சிலருக்கு அரசு பணிபாளர் களுக்கு திமிர் கூதிய உயர்வோ, பதவி மாற்றமோ வரலாம் மற்றபடி கோனறு பதிகத் தைப் படித்து, மாணவர்களைப் பரமனை நினை யுங்கள். மனதில் உறுதியும், வரக்கிளியில் தான் பழம் உள்ளவர்களை தானும் கோனும் எந்த விதத்திலும் பாதிக்காது என நம்புங்கள் அப்படியே நடத்தும் காட்டுங்கள்

## கும்ப ராசி:

அனிட்டம் 3,4-ஆம் பாதம்  
கன், சதம், பூரட்டாதி முதல்  
முன்று பாதங்கள்.



## மகர ராசி:

உத்திராடம் 3,3,4-ஆம்  
பாதங்கள், திருவோணம்,  
அனிட்டம் 1,2-ஆம் பாதங்கள்.

மாதம் பூராவும் உதவும் நிலையில் இருப்பவர்க் செய்வால் கிரகம் மட்டுமே. இதனால் காவல்துறையில் பணி புரிபவர்களுக்குக் கீர்த்தியும் புகழும் கூடும். கங்க இலாகாவினைச் சேர்த்த இந்த இராசிக் காரர்கள் கடத்தல்காரர்களைப் பிடிப்பதில் மிகப் பெரியதொரு வெற்றியைப் பெறுவார்கள். ஆனமிகத் துறையினர், அறம் வளரப் போர், வேண்டிகளைச் செய்யும் வேத வித்துக் கள் ஆகிய அனைவருக்கும் தல்ல தொரு சூழ்நிலை உருவாகும் வெவிதாட்டுப் பிரயாணம் ஒன்று கைகூடி வரலாம். கக்கிரன் ஸ் இருப்பது சரியல்ல. ஒரு பெண்ணின் காரணமாக சில சங்கடங்களை எதிர்நோக்க வேண்டி. கிருக்கும் அழகவகை செய்யும் பெண்டிர், குறிப்பாக வயிற் போய்த் நிதி திறமைகளில்

இதுவரை இருத்தது போலல்லாமல் சற்று முன்னேற்றமும், வாழ்க்கையில் ஒரு தம்பிக் கையும், புது முயற்சிக்கிரிய வாய்ப்பும் தரக் கூடிய மாதம். தனது பவன்படுத்திக் கொள் சூங்கை. எதிர்பாராத தன்மையோ, தன் லாபமோ கூட ஏற்படும் இந்த இராசிக் சூழ் தைகளின் கல்வியில் முன்னேற்றம் உள்ளது. எதிர்பார்த்த பட்டப்படிப்பு அல்லது தொழிற் பவிற்கிக் கல்லூரிகளில் சேரும் வாய்ப்பு மாணவ மாணவிகளுக்கு உண்டு. தொழிற் துறை வின்ருகும், பட்டத்துறையினர்க் கும், புதனால் எதிர்பாராததொரு தலை வாய்ப்பு 21த் தேதிக்குள் வரும் மற்றபடி கப திகழ்ச்சி களுக்கும் தல்லதொரு மாதமாக அமைவும். மற்ற கிரகங்களில் சூரு உங்களுக்கு அருள் புரி வார் ஒரு தீர்த்த வாதிகளையும் இடமுண்டு. வீடு, மனை வாங்கலாம். புதிய தனகளை வாங்கும் போகமும் ஏற்படும். இந்த இராசிக் காரர்களுக்கு அடுத்து வரும் மாதம் கனிக் எதிர்பாராத தல்ல திகழ்ச்சிகள் தன் இலாபங் கள், பதவி உயர்வுகள் என பலவிதத்திலும்



**ஜிங்லர்ஸ்**

**உங்கள் அருமைக் குழந்தையின்**

**பட்டு மேனிக்கு இதமான, விசேஷ மெத்தை.**



உங்கள் குழந்தைக்கு சிறப்பான கவனம் தேவை. இதை மனதில் கொண்டு முழு ஈடுபாட்டுடன் தயாரிக்கப்பட்ட ஜிங்லர்ஸ் மெத்தையை உங்கள் குழந்தைக்கு அளிக்கிறோம். மென்மையான ஜிங்லர்ஸ் குழந்தை-மெத்தை பல ஒப்பற்ற சிறப்பம்சங்கள் கொண்டது. •எளிதில் துடைக்கலாம், விரைவில் உலரும் •சர்வதேச தொழில் நுட்பம் •மென்மையான பாவியைப்பர் கொண்ட

உட்புறம் •100% பருத்தியினாலான மேல்பாகம்



•சாற்றுப்புகும் அமைப்பு உள்ளதால் வெப்ப எரிச்சல், தடிப்பு ஏற்பட வாய்ப்பே இல்லை •உட்புறம் ஈரத்தினால் கெட்டியாகாமல் மென்மையாக இருக்கும் •பல அளவுகளில், மனதிற்குரிய வண்ணங்களில் கிடைக்கிறது.



ஜிங்லர்ஸ்-உங்கள் அருமைப்புகு  
பட்டு அழகிய மெத்தை

**jingle**



*India's first  
soft washable baby bed*



Inf. Utility Textiles,

3, No.6868

Chennai - 800 040 Ph : 6211974

Distributor for Mayiladuthurai, Thanjavur, Nagapattinam, Thiruvannamalai, Pudukkottai,

Pudukkottai, Mannargudi, Trichy, Cuddalore, Chidambaram, Neyveli :

Via. 6868 Agencies, OA/3, Durgammann Koll Street, Senthangudi, Mayiladuthurai - 809 001 Phone : 26142

Available at :

ENNAI : • T. Nagar : Naidu Hall; Raina Stores; Wilco; Munagan Dresses; New Burma Fancy Stores; Krishna Thulasi; ra. Mylapore : Vitan Departmental Stores; Trishis Apparels; Garments Centre; London Stores; Karaikal : London Stores; Ayisha The Upstairs; Libas; Naidu Hall; Sahras Readywear; Baby's World; Twinkle; Kanyakumari : Mumma Daddy • Kodambakkam : Sekar Dresses • Anna Nagar : Naidu Hall; Wilco; Sharaz; Yeas Super; Kottayam : Lucky Apparels; Lucky Dresses; Raja Departmental Stores • Egmore : Fashion; Padi : Seemath • Aminjikeral : Shabnam; Alankar Silk Palace • Mount Road : London Stores; Kiddies Corner; Old Washermenpet : Shopping Singapore • Parrys : Novelty Gift Palace • Adyar : Super Shoppe • COIMBATORE : Avana's; Sri Land; Grand Bazaar; Ganapathy Bed Mart; Shoba; Smali Wonders; Jack & Jill • SALEM : Mean; Auntie Uncle; Star Readymades; Royal Home Decors; Ramya's Esteeem; Ramya shopping Plaza; Ramya; Prince's Furniture Hall; RODE : Bharani Readymades; Nandini Sarees and Readymades; Sri Krishna silks; Senthil Dresses; OOTY : Coonoor : osh Garments • KRISHNAGIRI : New Rama Dresses • MADURAI : M S P. Raja Enterprises; Milan, Daddy Mummy; Kottayam : Kiddy's Corner; Shabnam Agencies; Benzers; Balaji Readymades; Ropamilan; Rahimas; Rainbow Readymades; Kottayam : Sathyam; Alankar Traders • ONDUGUL : Priya; Shabnam, Singapore Plaza; Sivalakshmi Readymades; ANNAD : Mumma Daddy; India Readymades; Designs; Farida's • TRUVELVELI : Potty's Garments; Ropam Readymades; I.K.V • TUTICORIN : Students Readymade Emporium; Jasmine Readymades; Milan • PONDICHERRY : Shabnam; Kiddy's; Ibra, Ega Enterprises; J.C.R. Baby Needs; Crown; Shalimar, Jaya Emporium.

## மாதம் ஒரு மந்திரம்

நிமது ஜாதக ரீதியாக கோட்சாரமோத சாபத்திப்போ சரியில்லை என்றால் பலவித கஷ்டங்களுக்கு ஆளாக தேசிடலாம். அது மட்டுமல்ல தூக்கத்தில் கூட நிம்மதியைக் கொடுக்கும் கெட்ட கனவுகள், மற்றும் அன்றாடம் ஏதேனும் கெட்ட சஞ்சலங்கள் ஏற்படுதல் போன்றவைகளும் நம் மனதில் நிம்மதியை இழக்கச் செய்யும். அவற்றி லிருந்து மீளவும் மனச் சஞ்சலங்கு பெறவும், சீரமை கோளாறுகளின்லு விடுபடவும் பின் கண்ட ஸ்லோகத்தைத் தினமும் காலையில் எழுந்ததும் ஒருமுறை, இரவு படுக்கையில் இருந்தனானே ஒருமுறையும் சொல்லிவருவதால் நல்வெதொரு பயன் கிடைக்கும்.

தூல் ஸவபன தூல் ஸதூன்  
தூர்கதீதெனா

மனாலய

தூர்பிகு தூர்பபலன தூல்ஸதூ தூர்ப  
ஸாம்ஸரி

உத்பாததாப விஷுபீதம்

ஸத்தாஸாந்திம்

ய்யாதீம்ஸ தாஸயது மே ஜகதாஸ

தீஸ:!!

"கலையைப்பத் தருகின்ற கெட்ட கனவுகள், சஞ்சலங்கள், வரட்டி வதைக்கும் ஏழ்மை, சதா மனக்வலையை, பஞ்சம், பயங்கர தூக்கம், கெடக்க கூடாத கெட்ட பெயர், பூகம்பம் முதலிய சங்கடங்களை யும், மேலும் சீரகங்களை எற்படக்கூடிய பீடைகள், வீஷுபயம், வீரோதி ஆகிய அனாந்தையையும் அகில ஸோக நாயகனாகிய பரமேஸ்வரன் தாசம் செய்து நம்மை காப்பாராக."

இந்த இன்றியமையாத ஸ்லோகத்தைப் படுக்கைக்குப் போகுமுள்ளும் அதிகாலை எழுந்ததும் கூறும் பழக்கம் இருந்தாலே சீரந்ததொரு நோஷ பரீகாரமாக அமைந்து விடுமல்லவா! குறிப்பாக இந்த காலக்கட்டத்தில் இது ஸ்லோகாலும் மனமும் செய் யப்பட்டால் நாகும் தலை செழிப்புடன் இருக்கும்.

— ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்

தன்மைகள் தடக்க இருக்கின்றன. ஆழ்ந்த தெய்வபக்தியும், எப்படி வாழ்ந்தாலும் அந்த வாழ்வில் ஒரு தமயிகளையும் பரிகரத மும், தேர்மையும் இருப்பவர்களுக்கு எல்லா விதத்திலும் தன்மை புரிய உங்கள் இராசி தாதனால முடியும். ஆகவே சனிஸ்வர வழிபாடும், ஸ்ரீ ஆஞ்சநேய வழிபாடும் முக்கியம்.

## மீன ராசி:



பூரட்டாதி 4-ம் பாதம்,  
உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இராசி தாதனால உங்கள் குழந்தைகளுக்கு எதிர்பார்த்த துறையில் படிக்கும் வாய்ப்பு கிடைக்கும். சுகிரன் செத்த முறையில் குடும்பத்தை தீர்வெகத்த தருத்த அளவிற்கு தன்லாபத்தைத் தருவா கனலுள் ளுக்கு ஏற்றதொரு மாதம். எதையோ தம்பி, எப்படியோ பணம் புரட்டி எடுக்கப்பட்ட படம் இதுவரை வெளிக் கொணர முடியாமல் உங்களைப் பலவிதத்திலும் வருத்திக் கொண் டிருத்த தலை மாறி உங்களை மகிழ்விக்கும் வண்ணம் படம் வெளியீடக்கூடிய சூழ்தினல உருவாவதுடன், தன்லாபத்தையும் தருகின்ற தலை ஏற்படும். இந்த தலை எத்துறையினர்க்கும் பொருத்தும். ராகுமால் எதிர்பாராத தன்லாபமோ பதவி உயர்வோ, ஆப்ரணம் அல்லது வாகன வர்பமோ ஏற்படலாம். பணம் வருமபோது அதை விரயமாக்காமல் சேர்ப்பது தல்லது ஸைபது பொதுவான அறிவுரை என்றாலும், 1955 உள்ள கேது விவரான விரயத்திற்கு வித்திடுவார் அதனால் விதாயகரைப் பக்திபுடன் திணைத்துத் திட்ட மிட்டு செலவழிப்பது தல்லது மற்றபடி சிறு சிறு பிரச்சினைகள் தோன்றி மறையலாம் தாயாரின் உடல தலை பாதிக்கப்படலாம். சகோதர குருவர் சில பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவித்தாலும், அவைகளைச் சமாளிக்கும் நிறையும் ஒரு அருணாக கிடைக்கும் எனவே குருவை ஆராதிபுகன். நோமாமுலியூர் போன்று தக்ஷிணாமூர்த்தி ருடிக்கொண்டுள்ள உமையாபாணையம் குருஸ்தலத்திற்கு சென்று வருபவன் அரக்கோனாம். காஞ்சி வழியில் உளவ இந்த திவ்ய வதலத்திற்கு ஸ்ரீ ஆதிசங்கரா விஜயம் செய்ததாக ஐதீசம் உண்டது என்பா.

— ஜெயலட்சுமி  
கிருஷ்ணன்



முகூர்த்த

**பட்டு**

முன்னனி மில்கனிள்

சர்ட்டிங்  
சூட்டிங்

அனைத்து  
சேலை ரகங்கள்

அனைத்து வயதினருக்கும் ஏற்ற  
ரெடிமேட் ஆடைகள்

தரமானவை

விலைகுறைவானவை



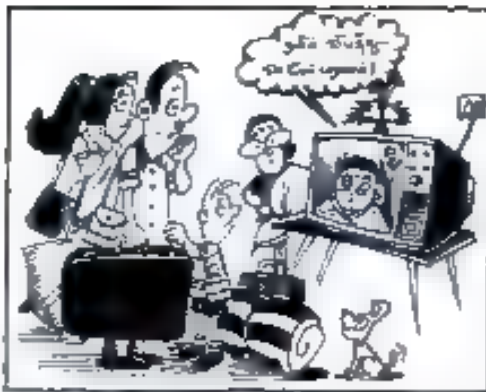
மக்கள் பேசும் ஏழாம் மகத்தான ஸ்டோர் திருவனந்தபுரம்!

**திருவனந்தா**

சில்க்ஸ் பாரடைஸ்

N.S.B. ரோடு, திருச்சி 2. Ph:701591





**டி.வி.யை**

திருத்துவதா?

பொழுது விடி

வதே டி.வி.யைப்

பார்ப்பதற்காகத்

தானே என்று நினைக்கும் பலருக்கும்

டி.வி.யை நிறுத்தச் சொல்லுமா என மேல்

அசாத்திய கோபம் வரும்.

உங்கள் கோபத்துக்கும் காரணம்

உண்டு.

டி.வி. என்பது வீட்டில் உள்ள திரும்ப துப்

களையப் போல நம்மோடு ஐக்கியமாகி விட்டது.

சண்டை போட்டு மனஸ்தாபத்தோடு

பூடுமப நபர்களை வீட்டை விட்டு அல்லது

திரும்பத்திராடு வெளியே தவிரே வாறா

கோமே தவிர, டி.வி.யோடு மனஸ்தாபம்

வைத்துக் கொள்ள மாட்டோம்

ஏனென்றால் அது நம்மிடம் இல்லை

யென்றால், வாழ்வை முடியாது. வாழ்வதற்கு

தகுதியே இல்லை என்ற நிலைமைக்கு நாம்

இன்று உத்தரப்பட்டிருக்கிறோம்

நால் டி.வி.யை தூக்கி எறிவச் சொல்வ

லில்லை, டி.வி.யை - பல சந்தர்ப்பங்களில்

நிறுத்தச் சொல்கிறேன். அவ்வளவே

அந்த சந்தர்ப்பங்களையப் பார்ப்போமா?

நாம் என்னதான் படித்து இருந்தாலும், எவ்

வளவு வசதியாக இருந்தாலும், உலகத்தின்

எந்த மூலையில் இருந்தாலும் நம்மோடு

ஒன்றிவிட்ட சில துணைகள், நம்பிக்கைகள்

நமமை விட்டுப் போவதில்லை.

இதில் ஒன்று -

தலை காரிதாங்கள் செய்யும்போது

அமங்கலமான பேச்சுவார்த்தைகள்

காட்சிகள் கண்களில் படாமல் இருப்

பது.

இதற்கு முதல் எதிர் டிவி

இதோ சில உதாரணங்கள் -

வீட்டில் பெண் பார்க்க வு

கமுகமாக முடித்து விட்டது. நடுத்தர

குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களாதலால் வரும்

போது ஆட்டோவில்லாந் வந்திருப்பார்கள்.

பெண்ணை தம்பி அவர்கள் செல்ல ஆட்டோ

உபயோகம் போல் இருந்தால்.

பெண்ணின் தகப்பனார் கம்மா இருக்கப்

படாதோ-

தண்ணிடம் மற்றவர்கள் பொறாமைப்படும்

டிவி. இருக்கு என்பதைக் காட்டிக் கொள்

வதற்காக "ஆட்டோ வரும்வரை டி.வி.ன்னா

பாருங்கியை" என்று சொல்லி 'ஆஃ' செய்

தார்.

ஒரு சிளிமா படக்காட்சி-

"அத்தான்- போலீட்சங்களா.. என்னை

வீட்டுப் போலீட்சங்களா" என்று தலைவிரிம

தெஞ்சிலும் அடித்துக் கொண்டு ஒரு பெண்

கதறல.

டி.வி.யைப் பார்த்தவர்களில் எல்லோ

ருடைய முகமும் பேய் அறைத்தது போல்

ஆவீற்று.

யாரும் யாருடனும் ஒன்றும் பேசவில்லை.

ஆட்டோ வந்தது.

பிள்ளை வீட்டுக்காரர்கள் ஏதச்

சென்றனர்

ஒரு வாரம் கழித்தது.

அவர்களிடம் இருந்து ஏதோ ஒரு

தொண்டி காரணம் காட்டி பெண்

பீடிக்கவில்லை என்பதைத் தூக்கக்காக

தெரிவித்திருந்தார்கள்.

காரணத்தை ஆராய்ததால் -

அன்று பெண் பார்க்க வந்துவிட்டு

டி.வி.யில் பார்த்த அந்த அமங்கலக்

காட்சி அவர்களுக்கு அபசகுனமாகப்

# டி.வி.யை நிறுத்துங்கள்

பட்டது.

அதுதான் உண்மையான காரணம்.

அன்று மாதிரிம் பென்னிங் அப்பா டி.லி.எப். 'ஆன்' செய்யாது இருத்திருந்தால் அந்தத் திருமணம் நடந்திருக்கும்.

இதோ இவ்வொரு காட்சி -

ஊர்ப் பரணம் இளம் மிக கொண்டிருக்கிறார்கள் வீட்டுக்கு வந்த உறவினிகள்...

லீட் டி.கூ. இருக்கும் டி.லி. தலைப்புச் செய்திகளைக் காட்டிக் கொண்டிருக்கிறது.

"மத்திய பிரதேசத்தில் ரயில் விபத்து... ஹம்பு பேர் மரணம்"

"ஆந்திராவில் பாட்லு முழுவி இருபத்தி ஹம்பு பேர் மரணம்"

"அஸ்ஸாம்சில் வெவ்னப் போக்கு... நூறு பேர் மரணம்."

இதெல்லாம் ஊர்ப் பிரயாணம் மேற் கொள்ளும் நேரத்தில் கேட்க நன்றாகவா இருக்கிறது?

பாயஸ் இவ்வாறிலிருந்து போக அம்மா விடம் சொல்லிவிட்டு கிளம்பி விட்டான்...

வீட்டில் டி.லி.யில் இருந்து பாட்டு ஒலிக்கிறது "போனாஸ் போகட்டும் போடா..."

"அம்மாவின் முகம் மாறுகிறது. மனசு சங்கடப்படுகிறது... இது பாயஸ் போகும் பதினொராவது இண்டர்வியூ.

ஒதோ மனசு சங்கடம் ஒரு காரியம் நிறைவேண்டும்...

சாப்பிசியம் தாப்பத்தியோகு நாட்கள் கடும் வீரம் இருந்து அய்யப்ப கலாமி மணலுக்கு சென்று விட்டு விட்டுக்கு வகுகிறார்...

தேராக பூனா அறைக்குச் சென்று சபரி மனையில் இருந்து கொண்டு வந்த பிரசாதங்களை எல்லாம் பூனா அறையில் வைத்து விட்டு நாஸ்காரம் செய்கிறார்.

அப்போது டி.லி.யில் ஒரேக் கொண்டிருக்கும் ஏதோ சிரியலில் இருந்து ஒரு வசனம்...

"பன்னா எல்லா தெய்வம் கூறும் வகைவிட்டு விட்டது... எந்த தெய்வமும் உதவிக்கு வரவில்லை... என்னுடைய முயற்சிகள், பிரார்த்தனைகள் எல்லாம் வீணாகிப் போய் விட்டன"

காதுல் அசீரி போல விழுந்த இந்த வார்த்தைகள் சாம்பலிவதை சங்கடத்திற்கு உள்வாங்கியது.

ஒரு பர்த்தே பார்ட்டி...



வீட்டுக்கு வந்தவர்கள் எல்லாம் கூடி இருக்கிறார்கள். யாரோ ஒரு பெண் டி.லி.யை ஆன் செய்கிறாள்.

ஒரு துந்ததியின் ஆளடயில் தீப்பிடித்து அது கதறிக் கதறி ஒடுவது போல ஒரு காட்சி.

துந்ததியின் பெற்றோர்களை மனசு சங்கடத்திற்கு உள்ளாக்கிறது.

அன்று ஒரு பண்டிகை

தான்...

பூனா தம். டி.லி. எல்லாம் நூரலில்தான். கலாமிக்கு நெய் வேந்திலும் செய்யும் நேரம்

டி.லி. அவதிக் கொண்டிருக்கிறது... ஒரு படக் காட்சி.

பின்னம் எரியும் காட்சி...

சாங்கோபாங்கமாக பின்னத்தை எரிப்பிட்டு சடங்குகளை - தள்ளிவிட்டுக் கடவுட்புறங்கு காட்டி- பின்னம் வைப்பதுவரை காட்டிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்... பின்னம் அழகாக மின் குரல்.

இந்தக் காட்சிகள் சிறிய தளையுறைகளை அபசகுளமாக பாதிக்காமல் இருத்தாலும்கூட பூனா நேரத்தில் இப்படிப்பட்ட காட்சிகளைப் பார்க்க வேண்டியது அவசியமா?

சகுளங்கள் பார்ப்பது மூட நம்பிக்கைதான் என்று ஆவிரம் ஆவிரம் முறை அடித்துச் சொன்னாலும், உரக்கச் சொன்னாலும், ஆமாம், ஆமாம் என்று பலமாகத் தலையாட்டினாலும் தம்முடைய ஊறிய சில பழக்கங்கள், நம்பிக்கைகள் மாறவில்லையே.

மேற்கூறப்பட்ட காட்சிகள், சம்பவங்களில் டி.லி.யின் பங்கு சகுளத் தளையாக இவ்வாமல் இருந்தாலும்கூட அந்தச் செய்திகள் காட்சிகள் மனதில் சில புதிப்புகளை ஏற்படுத்துவது உண்மைதானே.

ஆகவே -

தயல் காரியங்கள், முக்கியமான காரியங்கள், மங்குகாமான காரியங்கள் சென்ற நேரங்களில் முதலில் டி.லி.யை நிறுத்திவிட்டு பிறகு காரியங்களைச் செய்யத் தொடங்குவோம்.

அதை விட டி.லி.யை ஒய்வு நேரத்தில் ரிளாக்ஸ்டாக பாடப்பதற்கு மட்டும் என வைத்துக் கொண்டால் என்ன? நம்முடைய தளையுறை எவ்வளவு உருப்பட்டு விடும்.

— கமலநாதன்



சேயாவை அடிப்படையாகக் கொண்டு தயாரிக்கப்படும் உணவுக்குறிப்புகளில் சிறந்தவற்றிற்கு சக்தி சேயா பைட் திறுவனம் ரூ.1000/- பரிசாக அளித்து வருகிறது. அந்த வகையில் இம்மாதம் பரிசு பெறும் சிறந்த சமையல் குறிப்பு -

**சுரதல் பரிசு ரூ.1000/-**  
**பரிசு பெறும் சமையல் குறிப்பு**

## 'Make it easy' - புலாவ்

இடர் வீருந்தினர் வருகையின்போதோ - அல்லது ஆபீஸுக்கோ, குழந்தைகளுக்கு சுகனுக்கு உணவு கொடுத்தனுப்பவோ - ப்ரஷர் சூக்கர் இல்லாமலேயே, விரைவில் தயாரித்து அனுப்பக்கூடிய, புரதச்சத்து நிறைந்தது இந்த எளிய புலாவ்.

**தேவையான பொருட்கள்:**  
பிரட் - ½  
லோயா பைட் - 30 கிராம்  
லெங்காயம் - 100 கிராம் (இளவாட்டில்)

## மெக் & புலாவ்

**மெலிதாக நறுக்கவும்)**  
பச்சை மிளகாய் - 4 (இளவாட்டில்)  
**மெலிதாக நறுக்கவும்)**  
இஞ்சி பூண்டு விழுது - 2 தேக்கரண்டி  
கரம் மசாலா பவுடர் - 1 தேக்கரண்டி  
தக்காளி - 2  
தேங்காய் - ½ மூடி (துருவவும்)  
எண்ணெய் - 1 மேளதக்கரண்டி  
தேய் - 1 தேக்கரண்டி

கொஞ்சம் காரட் துருவல், புதினா, தேவைக்கு உப்பு.

### செய்முறை

முதலில் லோயாபைட் உருண்டைகளை பாக்கெட்டில் கண்டபடி உப்பு கலந்த கொதி நீர் விட்டு ஊற வைத்த, குளிர்ந்த நீரில் அலசி ஒட்டப் பிழிந்து

மிகளியில் போட்டு ஒரு சுற்று சுற்றவும். பூவாக உதிர்ந்து விடும். இதே போல - பிரட் கஸஸ்களை துண்டுகளாகி மிகளியில் போட்டு சுற்று ஒட்ட விட்டால், இதுவும் பூப்போல உதிர்ந்து விடும்.

அடுத்து வாணலியை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெய்விட்டு, வெங்காயத்தை சிலக்க வதக்கி வடித்து எடுத்துக் கொண்டு

### மீது எண்ணெயில்-

இஞ்சி பூண்டு விழுது, பச்சை மிளகாய், லோயாபைட் இவைகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாகப் போட்டு சிறு தீயில் (Simmer) பச்சை வாசனை போக வதக்கிய பின் உப்பு, காரட் துருவல், சிறு துண்டுகளாகிய தக்காளி, புதினா சேர்த்து வதங்கியதும், கரம் மசாலா பவுடர் உதிர்ந்த பிரட் துருவலை

போட்டு ஐந்து நிமிடம் நன்றாக எல்லாம் ஒன்றாக சேரும்வரை பிரட்டி, நெய் விட்டு இறக்கப் போவதற்கு முன் தேங்காய் துருவலை தூவி விளறி இறக்கவும். புலாஸ் ரெடி!

அப்புறம் - இருக்கவே இருக்கிறது - வழக்கமான கொத்துமல்லி தளழ தூவுவதோ-முத்திரி இராட்சை வறுத்துப் போடுவதோ-

வெள்ளரி, குடமிளகாய், தக்காளி வில்லைகளால் அலங்கரிப்பதோ - அநெல்லால் உங்கள் சாய்ஸ்!

தொட்டுக் கொள்ள ஏதாவது தயிர் பச்சடியோ, சட்னியோ போதும்.

குறிப்பு: கைவசம் பச்சை பட்டாணி நுகக்

### பரிசுக்குரிய குறிப்புகளைத் தேர்ந்தெடுத்தவர் - சாந்தா இராமானுஜம்

கவும்). இங்கிலீஷ் காய்கறிகள் ஏதாவது இருந்தால் மிகப் பொடியாக துருவி தக்காளி யுடன் வதக்கி சேர்க்கலாம். ஆனால் அதற்கு தகுந்தாற் போல உப்பு, காரம், எண்ணெய் சேர்க்கவும்.

- எஸ். பட்டம்மா, திருச்சி - 6.

**ஆறுதல் பரிசு**

**சுவையான**

**சோயாபைட் தொக்கு**

தேவையானவை:

சோயாபைட் - ௨

தக்காளி - 4

பெரிய வெங்காயம் - 4

இஞ்சி - சிறிய துண்டு

பூண்டு - 5 பல்

மின்காய்த் தூள் - 1½ ஸ்பூன்

மல்லி தூள் - ½ ஸ்பூன்

உப்பு - தேவையான அளவு

எண்ணெய் - 3 ஸ்பூன்

கடுகு + உளுந்து - தாளிப்பதற்கு

**செய்முறை**

முதலில் சோயாபைட்டை வெறும் வாணலியில் வறுத்துக் கொள்ளவும். பின்பு கொதிக்கும் நீரில் போட்டு வெத்ததும் ஏடுத்து மரித்துக் கொள்ளவும். (எனவே அயலது மிக்ஸரில்)

வெங்காயம், இஞ்சி, பூண்டு, தக்காளி தனித் தனியாக அரைக்கவும்.

வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு, உளுந்து தானித்து, இஞ்சி, பூண்டு வதக்கி, பின் வெங்காயத்தை வதக்கவும். தக்காளி, அரைத்த சோயாபைட், மின்காய்த் தூள், மல்லித்தூள், உப்பு போட்டு வதக்கவும்.

எண்ணெய் பிரித்து வரும்வரை வதக்கி இறக்கவும். இது சப்பாத்தி, புரிக்கு நன்றாக இருக்கும். சுவையும் சத்தும் மிகுந்தது.

- கயல்விழி தொகுதிசன்.

சென்னை-99

## ‘சோயா பைட்’டின சமையல் போட்டி

மாங்கையர் மலரும் ‘சோயா பைட்’டும் இணைந்து வழங்கும் சமையல் போட்டி -

சோயாவின் சிறப்பை உணரச் செய்யும் வகையில் ஒவ்வொரு மாதமும் இச் சமையல் போட்டி அமையும். அந்த வகையில் சோயாவை அடிப்படையாகக் கொண்ட சமையல் குறிப்புகளை (சோயா பைட் (அ) சோயா மாவு (அ) சோயா) மாங்கையர் மலருக்கு எழுதியனுப்புங்கள்

**மிகச் சிறந்த சமையல் குறிப்பிற்கு**

**ரூ.1000/-**

**பரிசாக வழங்கப்படும்.**



## CONCLUSIONS

கவரிங்  
உலகில்  
ரானி  
'கல்யாணி'

Trade Mark No. 485271/88  
Copy Right No. 452688/94

**சென்னையிலே:** அமலாபதி, புரட்சிவாக்கம், அப்பத்திரி, அங்காணா கல்.

ஏஜென்ஸி ஷோரூம்கள்: • பட்டுக்கோட்டை • ஈழமன்னார்குடி • திருவாரூர்  
• திருத்தருப்பூர் • நாகப்பட்டினம் • வேலூர் • பேரவூரணி • அரத்தாங்கி  
• கடலூர் • விழுப்புரம் • பொன்னாச்சி • அரிபுத்தூர் • ஈமநாதபுரம் • வாசிதி  
• தர்மேஸ்வரி • குளித்தலை • துறையூர் • தம்மம்பட்டி • ராசிபுரம் • நாமக்கல்  
• தாமரபுரி • வாலாஜாபேட்டை • தேனி • சின்னமதுரை • கோவில்பட்டி • ராஜா  
பாளையம் • தூத்துக்குடி • திருத்தெய்வேணி • நாகர்கோவில் • திருவண்ணாமலை  
• திருப்பத்தூர் • தெய்வேணி டவுன்ஷிப் • மத்தாரகுப்பம் • சிவகாசி • சென்னையில்:  
• திருவொற்றிபுரம் • பூத்துமல்லி.

ஏஜென்ஸி இல்லாத ஊர்களுக்கு விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன.

## தரமான உத்திரவாதமுள்ள

எவ்விதம்வா,  
பித்தலா,  
அழகுமிலிய பாத்திரங்கள்,  
பிழைத் துக்கம்,  
ஒழிப் பேக்,  
கேஸ் ஸ் விகள்,  
கிரைண்டர்,  
மிக்ஸர்,  
வாட்டர் ஹீட்டர்,  
அலங்கார பொருட்கள்,  
வாட்டர் பில்டர்,

அலுக்கா துவாரம்ஸ்  
கவர் கெடிகாரங்கள்,  
பிளாஸ்டிக் பரிக் பொருட்கள்,  
V.I.P. கூட்கேஸ்கள்,  
வேடஸ் ஹேமர் பேக்ஸ்,  
ஸ்கூல் பேக்ஸ்,  
தூள்ஸ்டிக் குக்கவேர்ஸ்,  
அம்மி கிரைண்டர்,  
எலக்ட்ரிக் சப்பாத்தி மேக்கர்,  
எலக்ட்ரிக் ரைஸ் குக்கர்,  
கிச்சன் சிங்க்ஸ்,  
பூஜை சாமான்கள்

அனைத்து வீட்டு உபயோகப்பொருட்களும்  
உற்பத்தி விலைக்கே வாங்கிட

# மங்கள் & மங்கள்

மாபெரும் பாத்திரக்கடல் - லிப்ட் வசதியுடன்  
உற்பத்தியாளர்கள் மற்றும் விற்பனையாளர்கள்  
NSB ரோடு, திருச்சி-2 ☎ 702755

We Accept Credit Cards



யாமனா வெந்தீர் திணறந்த பாத்திரத்தை சனமயலறையிலிருந்து எடுத்துக் கொண்டு குளியலறையை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருந்தார். சுதஸவு யாரோ தட்ட கொடுக்கும் தண்ணீர் திணறந்த பாத்திரத்தை கட்டிவிடும் பக்கத்திலிருந்து மேலே மேல் எவதது விட்டு சுதஸவத் திறக்கச் சென்று விட்டான். மேலேக்குப் பக்கத்திலிருந்து கட்டிலில் தூங்கிக் கொண்டிருந்த ஆவனின் ஒலபது மாதக் குழந்தை திடீரென்று ஏன் எழுந்து கொண்டதோ தெரியவில்லை. கொடுக்கும் வெந்தீரை இழந்து தன் மேல் கொட்டிக் கொண்டது.

புனிதா விட்டிருந்த வத்திருந்த வீருந்திணர்களுக்கு கானல உலவு பரிமாறிக் கொண்டிருந்தான் ஆவனின் இரண்டரை வயது மகள் திடீரென்று தேதீர் இருந்த பாத்திரத்தை வபக்கென்று பிடிக்க பாத்திரத்தில் இருந்த தேதீர் முழுவதும் குழந்தை

யி ன  
மே ல்  
கவிழ்த்து  
கட்டி  
வகுட்ம்  
ராமசாமி  
தன் பதி  
னே ரு  
வ ய து  
ம க ள ன



இழந்தார். தன் தோழர்களுடன் அவர் மகள் நதியில் குளிக்கச் செவதான். கழித்தோடும் தண்ணீரில் குளிப்பதற்காகக் குதித்தான். ஆழத்தை நோக்கி தீந்திக் கொண்டிருந்த அவன் கால்கள் சகதியில் மாட்டிக் கொண்டன. ஆஸ்சயோடு நதியில் விளையாடச் சென்று மகனை ராமசாமி தண்ணீருக்கே பவிசெடுத்துார்.

ஆஸ்சயோடு மூன்று வயது மகளிடம் விளையாடுவதற்குக் கொடுத்த ஐம்பது காசின் விளை இரண்டாயிரம் ரூபாய் இரண்டு நாள் நாகிவ்ஹோம் வாசமுமாக முடிபுரம் என்று மோகன கனவிலும் திணைக்கவில்லை.

குழந்தைகளை ஆபத்தில் சிக்கவைக்கும் இந்த மாதிரி நிகழ்ச்சிகள் நடக்காத குடும்பங்களை விரவ விட்டு எண்ணி விட்டலாம். சிவ்வச சிவ்வ விபத்துக்களில் இருந்து இரத்தத்தை உறைவனைக்கும் நிகழ்ச்சிகள் ஏனா பெருமபான்ஸமயான விபத்துக்கள் பெற்றோ ரிவ கவனக்குறைவினாலேயே ஏற்படுவிறை. சமீபமாக டெய்லியின் மூன்று பச்சிளம் குழந்தைகள் கண்ணாழ்ச்சி விளையாடு கிறோம் என்று குவிர்சாதனைப் பெட்டி. (கடை களில் ஐஸ்கிரீம் குளிர் பாளங்கள் எவக்கப் பயன்படும் பெரிய அளவுமில் புருத்து கதவ வுடிக்க கொள்ளடன மூக்க முட்டி. இறந்து லுத்து நாட்களுக்குப் பின்னர் வறத கெட்ட தூர்நாரற்றதை எவத்துக் கண்டுபிடித்து குழந்தைகளின் இறந்த சடலங்களை வெளியே எடுத்துார்கள்.

உயிரிழப்பு என்பது எல்லா விபத்துக்களில் ஏற்படுவதில்லை. நம்முடைய சிறிதளவு கவனக்குறைவால் குழந்தை ஆயுள் முழுவதும் திவர்த்தி செய்ய முடிவாத உணத்திற்கு

உடல் குறைக்கு ஆளாகிறது. நம்முடைய சிவ்வ முயற்சியால் இந்த மாதிரி சம்பவங்கள் நடக்காமல் தவிர்க்கலாமே. நம்மையும் மீதி நடந்து விட்டால் என்ன செய்யவது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளலாமே தெரிந்து கொண்ட விஷயங்கள் எப்பொழுது யாருக்கு

மகனவ் மன்

கவனக்  
குறைவின்  
பவி  
குழந்தைகளை



உதவியாக இருக்கும் என்பது பார்க்குதல் தெரியும். படிக்கட்டில் இருந்து தவறி விடுவது, காசை முழுபி விடுவது, பின்சாரம் தாக்குவது, காதிஸ் மூக்கில் புதியயங்கொட்டை, பாசி, கொலிகுண்டு போட்டு அடைத்துக் கொள்வது, தண்ணீரில் மூழ்குவது போன்ற விபத்துக்கள் குழந்தைகளுக்கு மட்டுமில்லாமல் பெற்றோர்களுக்கும் வாழ்தான் முழுமையாக மறக்க முடியாத துன்ப நினைவுகளாகி விடுகின்றன. மிகச் சிறிய குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் விபத்துக்கள் பெரும்பாலும் கடுதண்ணீரை, கொதிக்க கொதிக்க இருக்கும் தேநீரை அல்லது பாலைக் கொட்டிக் கொள்வது தலை பண்ணையில் முகம் மூத்தது விடுவதால் மூக்கில் முடிவாமல் சிரமப்பட்டு இறப்பது சம்பந்தப்பட்டவைகளாகவே இருக்கும்.

சில குடும்பங்களில் பிறந்த குழந்தைகளிலிருந்து மூன்று வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு தனி அறை ஒதுக்கி விடுவது என்பது ஆரம்பித்து இருக்கிறார்கள். ஆனால் எல்லோருக்கும் இது சாத்தியமில்லையே ஒன்றிலிருந்து மூன்று வயது வரை உள்ள குழந்தைகள்தான் மற்ற குழந்தைகளை விட அதிகமாக விபத்துக்கு ஆளாகிறார்கள். காக, உடைந்த பிளாஸ்டிக் துண்டுகள், கத்தி, கூர் கம்பமான ஓரம் உள்ள பாத்திரங்கள் போன்றவைகளை குழந்தைகளின் எகக்கு எட்டாத தூரத்தில் வைக்க வேண்டும் எனக் கெட்டி எய்ல்தானே அவற்றை வைத்து வினைவாடத் தோன்றும். குழந்தைகளுக்கு எடுக்க முடியாத தூரத்தில் வைப்பதால் பாதிப் பிரச்சனையைத் தீர்த்து விடலாமே.

மறக்க முடியாத துன்ப நினைவுகளால் பாதிக்கின்றன. மிகச் சிறிய குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் விபத்துக்கள் பெரும்பாலும் கடுதண்ணீரை, கொதிக்க கொதிக்க இருக்கும் தேநீரை அல்லது பாலைக் கொட்டிக் கொள்வது தலை பண்ணையில் முகம் மூத்தது விடுவதால் மூக்கில் முடிவாமல் சிரமப்பட்டு இறப்பது சம்பந்தப்பட்டவைகளாகவே இருக்கும்.

சில குடும்பங்களில் பிறந்த குழந்தைகளிலிருந்து மூன்று வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு தனி அறை ஒதுக்கி விடுவது என்பது ஆரம்பித்து இருக்கிறார்கள். ஆனால் எல்லோருக்கும் இது சாத்தியமில்லையே ஒன்றிலிருந்து மூன்று வயது வரை உள்ள குழந்தைகள்தான் மற்ற குழந்தைகளை விட அதிகமாக விபத்துக்கு ஆளாகிறார்கள். காக, உடைந்த பிளாஸ்டிக் துண்டுகள், கத்தி, கூர் கம்பமான ஓரம் உள்ள பாத்திரங்கள் போன்றவைகளை குழந்தைகளின் எகக்கு எட்டாத தூரத்தில் வைக்க வேண்டும் எனக் கெட்டி எய்ல்தானே அவற்றை வைத்து வினைவாடத் தோன்றும். குழந்தைகளுக்கு எடுக்க முடியாத தூரத்தில் வைப்பதால் பாதிப் பிரச்சனையைத் தீர்த்து விடலாமே.

**பாத்திரங்கள், குடான தண்ணீர், தேநீர் இவற்றால் ஆபத்து :**

கொடுக்கும் தண்ணீர் குடான மீத மறைய குடான மூழ்குவதை குழந்தைகள் இழுத்து மேலே கொட்டிக் கொள்வது சாவு சாதாரணமாக நடக்கிறது என தெருவிவி சித்திரிதலின் குழந்தை சித்திரி இறக்கி வைத்திருந்த குடான சூக்கரில் கையை வைத்து விட்டு பட்டபாடு அந்த குழந்தைக்குத்தான் தெரியும். இவற்றை பாக்கெட் குழந்தைகளுக்கு எவ்வளவு எட்டென்று இழுப்பதில் கொட்டிக் கவிழ்ப்பதில் ஆர்வம் அதிகம். அநிலம் குடான தண்ணீரையோ மூழைப்பையோ மேலே கொட்டிக் கொண்டால் வேதனை தாங்க முடியுமா? குடான ஆவி பட்டாலே குழந்தைகளின் பூய போன்ற சருமம் வாடி விடுமே அப்பொழுது குடான பதார்த்தங்களை வைக்கும்போது எனக் கெட்டாத தூரத்தில் வைப்பது நல்லது. எடனிக் டேபிளில் தானே வைக்கிறோம் என்று டேபிளின் ஓரத்தில் எவ்வளவு வைக்கக் கூடாது தத்தித் தத்தி நடக்கப் பழகும் குழந்தையின் எனக் கெட்டாத தூரத்தில் எடனிக் டேபிளின் தடுவில் சாப்பாட்டுப் பாத்திரங்களை வைப்பது நல்லது. எடனிக் டேபிளில் மேஜை விரிப்பையும் அளவுக்கு அதிகமாக தீன்மாக விரிக்க வேண்டாம். மேஜை விரிப்பை இழக்க ஒரு ஒயிட் கூட ஆகாது உங்கள் குட்டி மாஸ்டருக்கு குடாக பரிமாறி வைத்திருக்கும் போது சாப்பாட்டதற்கு பக்கத்தில் குழந்தையைத் தனியாக விட வேண்டாம்.

சூக்கரில் கையை வைத்து விட்டு பட்டபாடு அந்த குழந்தைக்குத்தான் தெரியும். இவற்றை பாக்கெட் குழந்தைகளுக்கு எவ்வளவு எட்டென்று இழுப்பதில் கொட்டிக் கவிழ்ப்பதில் ஆர்வம் அதிகம். அநிலம் குடான தண்ணீரையோ மூழைப்பையோ மேலே கொட்டிக் கொண்டால் வேதனை தாங்க முடியுமா? குடான ஆவி பட்டாலே குழந்தைகளின் பூய போன்ற சருமம் வாடி விடுமே அப்பொழுது குடான பதார்த்தங்களை வைக்கும்போது எனக் கெட்டாத தூரத்தில் வைப்பது நல்லது. எடனிக் டேபிளில் தானே வைக்கிறோம் என்று டேபிளின் ஓரத்தில் எவ்வளவு வைக்கக் கூடாது தத்தித் தத்தி நடக்கப் பழகும் குழந்தையின் எனக் கெட்டாத தூரத்தில் எடனிக் டேபிளின் தடுவில் சாப்பாட்டுப் பாத்திரங்களை வைப்பது நல்லது. எடனிக் டேபிளில் மேஜை விரிப்பையும் அளவுக்கு அதிகமாக தீன்மாக விரிக்க வேண்டாம். மேஜை விரிப்பை இழக்க ஒரு ஒயிட் கூட ஆகாது உங்கள் குட்டி மாஸ்டருக்கு குடாக பரிமாறி வைத்திருக்கும் போது சாப்பாட்டதற்கு பக்கத்தில் குழந்தையைத் தனியாக விட வேண்டாம்.



வெயில் காலத்தில் முத்து மாலை அணிவது ஏற்றதல்ல. வெயிலின் காரணமாக பின்னங் கழுத்து மற்றும் தோள்களில் ஏற்படும் சூடான உப்பு கலந்த வியர்வை காரணமாக முத்துக்களின் தோல் உரித்து விடும் ஆபத்து உண்டு.

— லக்ஷ்மி பூதிவாஸன்.



எனதபுமே புன்பட்ட இடத்தில் தடவ வேண்டாம். ஒரு சிவனஞ்சிறு புள் பெரிய 'இன்பெக்ஷனாக' ஓடியும் டாக்டரிடம் போக நேரமாகும் என்றாலோ பக்கத்தில டாக்டரே இல்லாத இடத்தில் வீடு இருக்கிறது என்றாலோ 'ஆன்டிசெப்டிக்' பவுடர் அல்லது கிரீமைத் தடவலாயம் வீட்டிலேயே அயாஷ பாகஸ் வைத்துத் தாங்களே துணிகளைத் தேய்த்துக் கொள்ளும் தரப்பாடுகள் சூடான அயர்ஷ பாகஸ் விஷயத்தில் மிகவும் கவலமாக இருக்க வேண்டும். துணிகளைத் தேய்த்து விட்டுச் சூடான அயாஷ பாகஸை அந்த இடத்தை விட்டு சூழ்ந்ததைக்கு எட்டாக தூரத்தில் வைத்து விடுவது என்பதை மனத்தில் மந்திரம் போல் பதியவைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

### கீழே விழுதல் :

பெரியவர்கள் கீழே விழுந்து பெரும்பாலும் கட்டுப் போட வேண்டிய நிரப்பதற்கு ஏற்படும் ஆளால் இயற்கையாகவே சூழ்ந்தைகளில் எதுமையும் தடைபடும். மொண்டையாக நிறைவு இல்லாமல் தடைபட்டால் இருக்கின்றன. சூழ்ந்தைக்கு எதுமடி முறிவு ஏற்படுவது குறைவாகவே இருக்கும். அதற்காக சூழ்ந்தைதானே ஒன்றும் செய்யாது என்று கருதுகின்றதையாக இருக்க வேண்டாம். மூன்று நாளுக்கு மாதங்களிலேயே சூழ்ந்தை குழம்புருத்துக் கொள்ள ஆரம்பிக்கிறது. அந்த வயதில் சூழ்ந்தை தொட்டியில் இருந்து கீழே விழுந்து, கட்டியில் இருந்து தவறி விழுந்து கீழும், தாழ்வான் கவனமாக இருக்க வேண்டும். கட்டியில் சூழ்ந்தைவைப் படுக்க வைத்து நூண்டு பக்கமும் இரண்டு தடவைகளாகவோ வைத்து விட்டு நிம்மதியாக விட்டு வேலை வைக்க கவனிக்கப் போல் விடாதிர்கள். சூழ்ந்தை எந்த நிமிடமும் தடவைகளையெதிர்த்து வரலாம்.

அடுக்குமாடிக் கட்டிடங்களில் வசிக்கும் பழநோர்கள் பால்கனியில், மொட்டை மாடி

யில் சூழ்ந்தைகளை விளையாட விடும் போது கவனமாக இருக்க வேண்டும். பால்கனியின் தடுப்புக் கயிறு அல்லது கவர் இல்லாமல் இருப்பதோ, இருந்தால் உயரம் குறைவாக இருப்பதோ ஆபத்துதான். பால்கனி அல்லது மொட்டை மாடிக் கவர் அல்லது ரெய்லிங் கட்டாயம் தம் இடுப்பாளவு சமரத்திற்குச் சிறிதளவு அதிகமாக இருப்பது நல்லது. பால்கனியில் வேண்டாத நாற்காலி, மேடாடா, பெட்டிகளைப் போட்டு வைக்க வேண்டாம். சூழ்ந்தைகள் அவற்றில் ஏறி கீழே பறக்கின்றன, அடுத்த வீட்டு ஆண்டபுளையி (மார்த்து) கை ஆட்டுகின்றன என்று கீழே விழுந்து விடும்.

ஒடி விளையாடும் சூழ்ந்தைகளுக்கு அடிபிடி மாடாவு வலிந்து விடலாம் என்று தினைக்காதிர்கள். சூழ்ந்தை என்றால் அடிபட்டதான் செய்யும். ஆனால் நம் கவனக் குறைவால் அடிபடுவதை அடிபோடு தவிரக் கவராமே சூழ்ந்தை அடிபட்டு மயங்கி விட்டால், சூழ்ந்தையில் மூக்கு அல்லது காதி விழுந்து இரத்தம் வந்தால் அல்லது கீழே விழுந்து சூழ்ந்தை வாக்கி எடுத்தால் உட்கோடாக்கிடம் கொண்டு போங்கள். தடையில் ஏற்படும் காயம் சில சமயம் நூளைவையும் பாதித்து விடுவது உண்டு. எதுமடி முறிவு என்று தெரிந்தால் அல்லது ஊமைக் காயம் பட்டபல வகை வலத்தினால் விட்டு வைத்தியம் பார்க்க வேண்டாம். டாக்டரிடம் உடனே கொண்டு போங்கள்.

### காதி - மூக்கில் எதைதும் திணித்துக் கொள்வது :

கையில் கிடைக்கும் சாமான்களை வாயில் போட்டுக் கொள்வது, மூக்கில் காதி திணித்துக் கொள்வது எல்லாக் சூழ்ந்தைகளும் செய்யும். காக, புலியங்கொட்டை, பட்டன், செப்டி வின இதெல்லாம் சூழ்ந்தைகளுக்கு மிகவும் ஈர்க்கும் விஷயங்கள். சமரத்திற்குப் புனிவைக் கரைத்து விட்டு கொட்டையை உட்கோ குப்பைத் தொட்டியில் போடுங்கள். புலியங் கொட்டைகளோடு, காசையோ

முழுங்கினால் அடுத்த நாள் 'டாடிஸெட்' போகும் போது தாவே வந்துவிடும் என்று ஸ்தலியமாக இருக்க வேண்டாம். உடனே டாக்டரிடம் கொண்டு போங்கள். சின்ன விரிளை வாட்டு விசினை முழுங்கி மூச்சுத் திணறி தவித்த குழந்தைகள் ஏராளம். காலில், மூக்கில் திணறித்துக் கொண்ட பட்டளை கரணச எடுக்கிறோம் என்று இன்னும் உள்ளே துள்ளி விட்டு விடுவோம். அதனால் அருகில் உள்ள டாக்டரிடமோ அல்லது சம்பந்தப்பட்ட ஸ்பெஷலிஸ்டிடமோ குழந்தையை எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.

### மூச்சுத் திணறல் :

கனடாவில் இருந்து துணிப் பையில் சாம்பன்கள் வாங்கி வரும் காலம் மலையேறி விட்டது. எதை வாங்கினாலும் கஸ்டிக்காரர் பாலிதீன் பையில் போட்டுத் தருகிறார். வீட்டுக்கு வரும் பாலிதீன் பையைத் தொப்பியாக தளையில் மாட்டிக் கொண்டு குழந்தைகளை அடிக்கும் லூட்டியை ரசிக்காத பெற்றோர் களை இருக்க முடியாது. ஆனால் இந்த விளை யாட்டு எல்லாவும் ஆபத்தானது என்பதை பாலிதீன் பையை மூச்சுத்தில் மாட்டிக் கொண்டு மூச்சுத் திணறித் தவித்த குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்கு மட்டுந்தான் தெரியும். பாலிதீன் பையில் தொப்பி செய்து தளையில் மாட்டி, விளையாடுவதை எந்தக் காரணத் தைக் கொண்டும் ஊக்குவிக்காதீர்கள்.

மழைக் காலத்தில் குழந்தைகள் கூழிவுத் துழாய்களின் பக்கத்தில் விளைவாடுவதில் ஆபத்து இருக்கிறது. சாக்கடை, கூழிவுத் துழாய்கள் சரியாக மூடப்படாமல் இருந்தால் அதில் தவறி விழும் குழந்தையின் கதி அநோ கதிகாள். குளத்திலோ, நதியிலோ அல்லது நீச்சல் குளத்திலோ பெரிசுபாடுகளின் கண் காணிப்பு இல்லாமல் தவிப்பாகக் குளிக்கக் குழந்தைகளை அனுமதிக்காதீர்கள். சின்னஞ்

சிறு குழந்தையை தானே குளிப்பேன் என்று அடம்பிடித்தது என்று தனியாக குளியலறை யில் விட்டு விடாதீர்கள். குளியலறையில் உள்ள தண்ணீர் தொடர்பில், பாத் டப்பில் ஏன் வானியில் கூட சிறு குழந்தைகள் தவறி விழ்ந்து இறந்தது உண்டு. அப்படி தவறி விழ்ந்து விட்டால் நேரத்தைக் கடத்தாமல் உடனே செயற்கைக் கவாசத்திற்கான முதல்தவி செய்குங்கள். டாக்டரிடம் குழந்தையைக் கொண்டு போங்கள்.

### மின்சாரம் தாக்குதல் :

ஸ்கீட்சை போட்டு போட்டு அணைப்பது பிளக்கின் துலாரத்தில் மகனிடம்தான் என்பது குழந்தைகள் விரும்பும் விளைவாட்டு. உபயோகத்தில் இல்லாத சாகெட்டில் சேப்பி. பிளக்கைச் சொகுசி வைப்பது தவறு இப் பொழுதெல்லாம் வீட்டை வயரீங் செய்யும் பொழுதே சேப்பி சர்க்யூட் வைத்து வயரீங் செய்கிறார்கள். ஷாக் அடித்த உடனே தாளாகவே ப்யூஸ் அடித்து பின்சாரம் கப்பளை தின்று விடும். ஷாக் அடிக்கிறது என்று தெரிந்தவுடன் செய்ய வேண்டியது மெயின்ஸ் அணைப்பதுதான். மின்சாரம் தாக்கிய குழந்தையை வெறும வாகனினால் பிடித்து இழுக்காதீர்கள். முதலில் மெயின்ஸ் நிறுத்துங் கள். மின்சார தாக்குதலால் குழந்தை மூச்சுப் பேசக் இல்லாமல் போய் விட்டால் செயற்கை கவாசம் கொடுக்கும் முறை உங்களுக்குத் தெரிந்திருந்தால் கொடுங்கள். தெரியாவிட் டால் உடனே மருத்துவமனையை நோக்கிச் செல்லுங்கள்.

### விஷம், சோப், மருந்தை முழுங்குதல் :

ஸ்டவுலில் உலர்ந்துவதற்கு வாங்கி வைத்திருந்த மெயின்ஸின்மேல் குழந்தை

வாழைத் தண்டை நார் இல்லாமல் நறுக்கி, வேசாக எண்ணெயில் வதக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டு ஸ்பூன் உளுத்தம் பருப்பு, நாலு மிளகாய் வற்றல் ஆகியவற்றையும் எண்ணெயில் வறுத்து, தேவையான அளவு உப்பு, பூண்டு சேர்த்து சட்னியாக அரைக்கலாம். இதை சாத்தில் பிசைந்து சரப்பிட நன்றாக இருக்கும்.

- அஞ்சலி





குடித்து விட்டது. தாத்தாவின் இரும்பு மருத்தை எப்பன் குடித்து விட்டான். பிள்ளையில் பாட்டிலில் பாதிலைக் குடித்து விட்டது என்று மருத்துவமனைக்குக் கொண்டு வரப்படும் குழந்தைகளின் எண்ணிக்கை அதிகம். அம்மா ஆபீசில் இருந்து வந்தவுடன் அம்மாவில் பர்சை திறந்து பார்க்கும் பழக்கம் எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் இருக்கிறது. தப்பித் தவறி அதில் மருத்து பாட்டில்களை. தெயில் பாலில். வேலுடன் எதுவும் இருந்து குழந்தைகள் அனைத்து குடித்து விட்டால் எந்த மருத்து அல்லது குடிக்கக் கூடாததை குழந்தை குடித்து விட்டதோ அந்த பாட்டிலையும் மருத்துக் கொண்டு டாக்டரிடம் குழந்தையைக் கொண்டு போய்க்கம். குழந்தை எதைக் குடித்தது என்று உறுதியாகத் தெரியும்போது அதற்கான சிகிச்சையை ஆரம்பித்து நேரத்தைக் கடத்தாமல் குழந்தையைக் காப்பாற்ற டாக்டரால் முடியும். விஷத்தைக் குடித்த குழந்தையை முதலில் வரத்தி எடுக்க வைப்புகள் வரத்தி எடுத்தபின் பாலில் முட்டைவின் வெள்ளைக் கருவை மட்டும் கலத்து அடித்துக் குடிக்க வைத்தால் குடித்த விஷத்தின் விஷத்தன்மை குறையும்.

**வெட்டுப்படுதல் :**

பெண்ணில் சிலகிறை என்னு பிண்டுகளால்

விரவை நறுக்கிக் கொள்வது. கர்மமையான ஓர் மூண்ட, பொம்மைகளினால் எகவை உதட்டை நறுக்கிக் கொள்வது. உத்தியை எடுத்து விரவை நறுக்கிக் கொள்வது எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் சகலம் சாதாரண காலம் என்றால் தன் வீரால் கறுவி விட்டு பேண்ட் எய்ட் போட்டு விடலாம். ஆனால் இரும்பினால் ஏற்பட்ட பெரிய காயம் என்றால் டாக்டரிடம் போய் தடுப்பு ஊசி போடத்தான் வேண்டும். அதுவும் காலம் பட்ட இருபத்து நான்கு மணி நேரத்திற்குள்.

பாக்கப் போனால் எந்த ஒரு விபத்தும். காயமும் எப்பொழுதும் ஏற்படலாம். ஆனால் சிறிதளவு எசாரிக்கை, கள்காணிப்பு. குழந்தைகளுக்கு இந்த விஷயங்களைப் பற்றி சொல்லிக் கொடுப்பது இவற்றின் மூலம் ஏகப்பட்ட விபத்துகளை நடக்காமலேயே தவிர்த்தலாம். இன்னும் சொல்லப் போனால் எப்பொழுதெல்லாம் முடியுமோ அப்பொழுதெல்லாம் சமூகநல சங்கங்களின் மூலம் அடிப்படை முதல்தர விவசாயிகள் பற்றிய வருப்புக்களை பெற்றோர்களுக்காக முக்கியமாக நாய்மார் களுக்காக நடத்தி விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்தலாமே.

— கசீலா சங்கரி

## இம்மாத இல்லத்தரசி

**சமையல் கூப்பன்**

**பொருள் : பழங்கள்**

**கடைசி தேதி : 15.7.98**

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

**கையொப்பம்**





சென்னை நம் வாழ்  
வில் இன்னொரு  
பாமல் உலத்து  
விட்டது. என  
கொடுப்பது. எல்

லாம் ரொட்டியே! பிரட்டி பிரட்டிப் பல வித  
மாய வாய்ப்புச் செய்து சாப்பிடுவது நம்  
வழக்கம். வேலைக்குச் சென்றும் பெண்மணி  
களுக்கு அவசரத்துக்குக் கை கொடுக்கும் பிரட்  
ய்க்குறுக்குச் செல்லும் சூழ்நிலைக்கு ஒரு பிரட்;  
எங்கும் எதிலும் பிரட் அவசரவுகளுக்கு  
ஏற்றார் போல் பிரட் வாய்ப்பு பல, மதிய  
உணவை முடித்து கொள்பவர்கள் ஏராளம்  
அதிலும் குடும்பத்தை நிர்வகித்துக் கொண்டு  
அன்றாடம் ஆபீஸாக்கும் பறக்கும் பாண்ட  
யருக்கும் இந்த பிரட் இருந்தால் கவலைவின்றி  
காலை உணவை அநி

விரைவாக தயாரித்து  
அளிக்க கை கொடுக்கிறது  
இவ்வாறு தம்மிடையே  
அதிகம் பழங்கும் பிரட்  
பற்றிய சமீபத்திய  
ஆராய்ச்சி திருவிடையைப்  
பதாக உள்வது. பிரட் தயா  
ரித்த அன்றே சாப்பிடு  
பால் ஏதும் ஆபத்தினை  
ஆனால் சிபிரிட்லில் பல  
நாட்கள் பாதுகாத்து பின்  
உபயோகிக்கும் போது  
பிரட் மீது ஒரு வித  
பூஞ்சை காளான தம் கண்  
னுக்குத் தெரிவாமல் படி  
வதாகவும் அது சில விஷத  
தவணை உள்ள பொருளை

வெளியிடுகிறது என்றும் ஆய்வுகள் கூறு  
கின்றன. இதனை அப்பாடாகவிலை - பி என  
கூறுகிறார்கள். இது சில மனம்மரியாக்களுடன்  
ரசாயன மாற்றம் ஏற்பட்டு னைட்ரேட் பொருளை  
வெளிப்படுத்தும். இவை மிகுந்த அபாயகர  
மான புற்று நோய் உண்டாகும் கைக்குறிப்  
புள்கள். வெளி நாடுகளில் பசுல் இரவு இரு  
வேளையுப் பிரட் பாதுகாத்து பயன்  
படுத்துவதால் அவர்களிடையே  
அதிகமாக உணவுக் குழாய்,  
இரைப்பை புற்றுநோய் பரவலாக  
உள்ளதாக இந்திய புற்று நோய்  
ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறார்

கள். புகை பிடிப்பதால்  
னைட்ரேட் வெளிப்படுகிறது.  
இதனால் கலாசாப்பை புற்று  
நோய் வர வாய்ப்பு உள்வது.

அங்கு பிரட் என்றால் இங்கு  
வடு மாங்காய், பல நாட்கள் பாதுகாத்து  
சாப்பிடுகிறோம் அல்லவா? சில சமயம்  
மாங்காய் மீது ஏடு போல் படிந்து இருக்கும்  
அதை நீக்கி விட்டு உண்போம். அந்த  
வேண்டைப் படலத்தில்தான் பிரட்டிய படரும்  
அதே பூஞ்சை காளான் என கண்டு பிடித்  
துள்ளனர். வேண்டாமே வடுமாங்காய் காய் என  
கதவில்லை கறுகாய் போட்டு அதிக நாட்கள்  
வைக்காமல் ஏடு படியுமுன் உபயோகித்து  
விடுங்கள். ஏடு படியாமல் கறுகாய் போட  
இதோ ஒரு குறிப்பு:



வடுமாங்காய் போட்டு  
1, 5 நாட்கள் தங்கு நீர்  
விட்டுக் கொள்ளும் அந்த  
நீரை மட்டும் எடுத்து  
தங்கு கொதிக்க வைத்து  
செல்லென ஆறியதும் வடு  
மாங்காயில் விட்டு வைத்  
தால் பல நாட்கள் ஏடு  
படியாது. காற்று புகாமல்  
ஒடி வைக்க வேண்டும்.  
வாங்கிய பிரட் அன்றே  
உபயோகித்து விடுங்கள்.  
ஆரோக்கியம் காப்போம்.  
அதே போல் நோர் மின  
காஸ்கை கருக் வறுத்துச்  
சாப்பிடாதீர்கள். அதில்  
தீயநத்தில்தான் புற்று  
நோய் ஊக்குவிப்பான்கள்  
குடியிருக்கிறார்கள். சப்பாத்து, தேரை  
வைத்துப் தின்று போனால் சாப்பிடாதீர்கள்.  
காரம் மகாவா அதிகம் உணவில் வேண்டாமே!  
மிகப் பசுமையான கன்னடைக் காய் கொத்த  
வாங்கிய வத்தனிலுமா புற்றுநோய் ஊக்குவிப்  
பான ஒளித்து இருப்பதாக ஆராய்ச்சியாளர்  
கூறுகிறார்கள்.

செயற்கை திறம், மனம், இனிப்பூட்டிகளை  
தவிருங்கள். இவை எவ்வளவு கேடு உடல் தவத்  
துக்கு தெரியுமா? கேசரி பவுடர், ஸ்காப்பிளின்  
மணத்திற்கு சேர்க்கும் பொருளில் னைட்ரேட்  
ரோகசார்பை; னைட்ரோசமைட்; னைட்ரோச  
மைன் என்ற புற்று நோய் ஊக்குவிப்பான்கள்

நீங்களும்

விட்டமின்	பழங்கள்	காய்கறிகள்	தடுக்கும் நோய்
ஈ (E)	ஆப்பிள் வாழைப்பழம்	கேரட் பட்டாணி கீரைகள் தக்காளி	இதய நோய் புற்று நோய்
விட்டமின் சி (C)	எலுமிச்சம்பழம் மெலான் ஸ்ட்ராபெரி	கோஸ் காலிடீயினாவி உருளைக்கிழங்கு கீரைகள்	பலவிதமான (கேன்சர்) புற்றுநோய் துறையில் சம்பந்த மான நோய்கள்
பீட்டா கேரோட்டின் (Beta Carotene)	ஆப்பிரிக்க மாம்பழம் மெலான் பீச்	கேரட் கோஸ் செட்டூஸ்	நுரையீரல் புற்றுநோய் மலக்குடல் புற்றுநோய் இரைப்பை புற்றுநோய்

நிறையவே உண்டு. இவற்றை உண்ணை சாப் பிடுங்கள். செவ்வகை உண்ணை கூடியமட்டில் தவிர்ப்பது நல்ல.

பக்கை, மஞ்சள் காய்கறிகள் பழங்கள் ரொம்ப நல்லது. இவற்றில் விட்டமின் ஏ. விட்டமின் இ. அதிகம் உண்டு. விட்டமின் 'ஏ'யில் பீட்டா கரோட்டின் (பீட்டா கேரோட்டின்) என்று என்று இது ஒரு ஆண்டி ஆக்ஸி டென்ட் (Anti Oxidant) புற்று நோய் வராமல் தடுக்கும் குணம் இதற்கு உண்டு. காலிடீயினாவி, கோஸ், கேரட், தக்காளி, பீட்டூட், மாம்பழம், கொடியா ஆரஞ்சு, ஆப்பிள், எலுமிச்சை, நெல்லி, இரட்டை இலைகளில் இதற்கு அதிகம் உண்டு. இவைகளை அடிக்கடி சாப் பிடுபவர்களுக்கு புற்று நோய் வரும் வாய்ப்பு வெகுமிகு அரிது.

தூர்ச் சத்து உள்ள உணவை உண்டாவ பெருங்குடல் புற்று நோய் வராமல் தடுக்கலாம். இவைகள் கோதுமை, சோளம், சேழ்வரகு, கம்பு நிலக்கடளவு, அவரை, கத்திரி, தேய்காய், என்னடை, வெள்ளரி, வெங்காயம், பட்டாணி, பேரிச்சம்பழம், வாழைப்பழம் இவற்றில் உண்டு. எல்லாவிதமான கீரைகளையும் அடிக்கடி உண்ணவில் சேர்க்க வேண்டும். கீரையில் கால் சியம், சோடியம், குனோரைன் எனப்படும் உயோகச் சத்து நிறைந்துள்ளது. கீரையில் சர்க கரை சத்து இல்லை. தீரிழிவு நோய் உணை

வரகை பயிர்ந்தி கீரைகளைச் சாப்பிடலாம். துருவிக் உப்பு பதார்த்தம் கீரையில் உண்டு. அது உணவில் உணை புளிப்பை மாற்றி ரத்தம் சரி வாக இருக்க வேண்டிய நிலைக்கு மாற்றிக் கொண்டு வரும் சக்தி உள்ளது ஏ, பி, சி எனலும் தீவ சக்தி நிறைந்தது. நீர்ச்சத்து அதிகம் உள்ளதால் நேகத்திலுள்ள வெப்பம் குறைந்து நுரீர்த்தி உண்டு பண்ணும்.

பூண்டில் புற்று நோயை தடுக்கும் பொருள் உண்டாகும். இதில் உள்ள குரூட்டோபியான் - எல் டிராக்ஸிபெரேன் என்ற என்ஸைம் புற்று நோய் தடுக்கப் பரப்பாகத் தடுக்க உதவுகிறது.

**குடுமைய ஆரோக்கியம் முக்கியமல்லவா?** கூடிய வளரவில் ஆலையில் வேக வைத்து சாப் பிட பழஞ்சுள். ஒருமுறை அப்பளம், மற்ற முறைமை செய்த எண்ணெயைத் தயவு செய்து மற்றுறை பொரிக்க உபயோகிக்காதீர்கள், அந்த பொரியலுக்கு தோஷாக்கு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒருமுறை குடு படுத்திய என் னெயைக் கூடிய விறையில் செவ்வழித்து விடுங்கள் பல தாட்கள் வைத்திருந்தால் அதி லும் மேற்சொன்ன கெடுதல்கள் நிகழ வாய்ப்பு உண்டு.

- டாக்டர் ராதிகா விருத்தினசாமி சொல்ப எழுதியவர் : லக்ஷ்மி துரைசாமி

# உங்கள் இல்லத்தை அலங்கரிக்க



SEAGULL

## Supreme FURNITURE

எங்களிடம்

40

வகையான  
மாடல்கள்  
உள்ளன.



FLORENCE

பிராந்திய அலுவலக முகவரி :

### தி சுப்ரீம் இண்டஸ்ட்ரீஸ் லிமிடெட்,

12, முதல் குறுக்கு தெரு, C.I.T. காலனி, அமலாபுரம், சென்னை - 600 004,

Ph : 4970119, 4970120 Fax : 044-4998263

பயனிகள், கல்கரிகள், கல்யாண மண்டபங்கள், சேர்வாடகைக்கு வீடுபவர்கள், சமூக கூடங்கள், அறக்கட்டளைகள் மற்றும் சொந்த உபயோகத்திற்கு மொத்தமாக வாங்குவோருக்கு கற்பனைக்கு வட்டாத விலையில் கொடுக்கப்படும்.

அங்கீகாரம் பெற்ற விற்பனையாளர்கள் :

- சென்னை : ஹண்டர்ஸ், (Ph : 5230489/5227831). தளர் ஸ்டால் சென்ட்ரல், (Ph : 6222206/8261883). விஜய் இண்டஸ்ட்ரீஸ், (Ph : 517499/512972). துளா மனக்கெட்டியம், (Ph : 2381027) • கோயம்புத்தூர் : ஹண்டர்ஸ், (Ph : 210753) • மதுரை : சுப்ரீம் ஷாப்பி, (Ph : 747788/747400) • தும்புகோளம் : ஸ்ரீலா ஏஜென்ஸி, (Ph : 421850)
- திருநெல்வேலி : N.K.V., (Ph : 330273) • தூத்துக்குடி : N.K.V., (Ph : 328783)
- நாகர்கோவில் : N.K.V., (Ph : 35351) • சேலம் : சுப்ரீம் ஏஜென்ஸி, (Ph : 448970)
- பாண்டிச்சேரி : ஸ்ரீராம் டிரேடர்ஸ், (Ph : 31717). நவதீப அலோலியேட்ஸ், (Ph : 23385).
- ஸ்ரீராம்ஜெயம் எண்டர்பிரைஸஸ், (Ph : 37205) • சரோதி : ஸ்ரீ சுவேதி டிரேடர்ஸ், (Ph : 224008).
- ஸ்ரீ அபிராமி டிரேடர்ஸ், (Ph : 253398). • திருச்சி : ஜெனரல் என்டிப்மெண்டஸ், (Ph : 707710/707285) • கரூர் : ஆதிசெதி டிரேடர்ஸ், (Ph : 31428/52328) • திண்டுக்கல் : ராணி ஃபர்னிச்சர்ஸ், (Ph : 420778) • திருப்பூர் : செத்தூர் டிரேடர்ஸ், (Ph : 746625)
- புதுக்கோட்டை : வினாயக ஃபர்னிச்சர்ஸ், (Ph : 23415 PP) • காஞ்சிபுரம் : காஞ்சி கிராஸ் & பிளாஷ்ட், (Ph : 24215) • தாராபுரம் : ஸ்ரீதேவன் ஏஜென்ஸி, (Ph : 22844)
- திருவண்ணாமலை : பரணி டிரேடர்ஸ், (Ph : 25738) • அறந்தாங்கி : ஜீவா எய்ம்ட்ரானிக்ஸ், (Ph : 20064) • நாமக்கல் : நாமக்கல் சுப்ரீம் ஃபர்னிச்சர்ஸ், (Ph : 32365)
- விருதுநகர் : பாண்டி ஏஜென்ஸி குரூப் (பி) லிட், (Ph : 45155/45255). மனைகள் : சிவசாரி, (Ph : 24711) ராஜபாளையம், (Ph : 24755) • வேலூர் : V.V. எண்டர்பிரைஸஸ், (Ph : 24179)

**Supreme** வேண்டும் என்று கேட்டு வாங்குங்கள்

2

வரை நமக்குக் காட்டும் ஐயங்கள் நமது கண்களே. உணர்ச்சிகளைப் பிரதிபலிக்க உதவுவதோடு முகத்திற்கு அழகு சேர்ப்பதும் கண்களே. இவ்வாறு அழகும் திறமையும் வாய்ந்த உறுப்பினர் கண்களில் கோளாறு ஏற்பட்டு பார்வை மங்கும்போது அனைத்து சரி செய்ய கண்ணாடி அணிவ வேண்டியுள்ளது. கண்ணாடி அணிந்ததும் மனதில் ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மை ஏற்படத் தொடங்குகிறது. மனமாக வேண்டிய வயதிலுள்ள பெண்கள், வேளையில் சேர வேண்டிய நிலை யிலுள்ள ஆண்கள், விவாகரத்து வீரர்கள், கைலூர்கள் போன்ற பலருக்கு முகத்திலும் மனதிலும் களமயாக உள்ள மூக்குக் கண்ணாடியை இன்றைய நவீன சாதனங்களின் உதவியால் தூக்கி எறியலாம் என்பதிறார்கள். கண் மருத்துவ நிபுணர்களான டாக்டர் டி. ராமமூர்த்தி மற்றும் டாக்டர் சித்ரா ராமமூர்த்தி.

கோயம்புத்தூரிலும், திருப்பூர் திருமூர்த்தி நேதராலயரவிரும் கண் மருத்துவமனைகள் நடத்தி வரும் இவர்கள் லாசிக் என்ற நவீன சிகிச்சை மூலம் கண்களின் குறைபாடுகளை சரி செய்து புது வாழ்வு அளிக்கலாம் என்கின்றனர்.

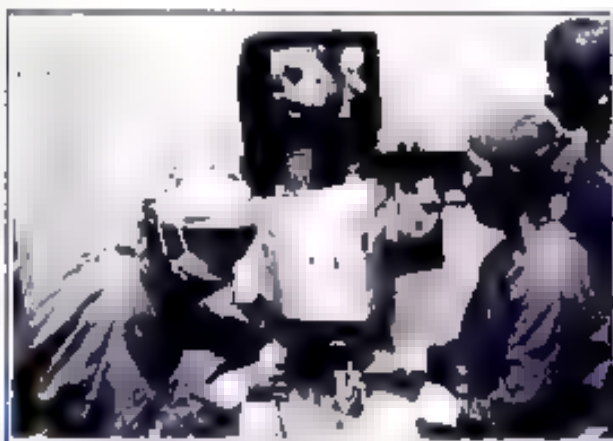
கேள்விகள்களில் கண்ணாடி அணிவ வேண்டிய நிலை எப்போது ஏற்படுகிறது? எதற்கு குறைக்கு எந்த 'லென்ஸ்' தேவை?

டாக்டர் ராமமூர்த்தி: கண்களில் வளர்ச்சியில் ஏற்படும் சில மாறுதல் களை கண்ணாடி அணிவ காரணமா கிறது. தொலைவில் உள்ள பொருட்கள் சரிவர தெரியாமல் போகும் குறை பாடுள்ளோர் பள்ளியில் கரும்பலகை யில் எழுதியுள்ள எழுத்துக்கள், பஸ் நம்பர் போன்றவற்றைப் படிக்க முயலாத வர்கள் டிட்டாபார்வை (MYOPIA)

என்ற குறைபாடு கொண்டவர்கள். விழிப்பற்ற (EYE BALL) அளவில் பெரிதாக இருந்தாலோ கண்ணில் இயற்கையாக உள்ள லென்ஸ் அதிக வளைவாகவும் தடிமனாகவும் இருந்தாலோ இக்குறை ஏற்படும். அப்போது பார்க்கப்படும் பொருளின் பிம்பம் விழித்தினருக்கு முன்னால் விழுந்து விடும். இக்குறைவை Concave lens அணித்து சரி செய்து கொள்கின்றனர்.

தொலைவில் உள்ள பொருட்கள் சிறாக தெரியும். அதே சமயம் அருகில் உள்ளவை சரிவர தெரியாமல் போகும் குறைபாடு தூரப் பார்வை (MYPEROPIA) விழிப்பற்ற மிகச் சிறியதாக இருப்பதால், கண்ணில் உள்ள லென்ஸ் மிகத் தட்டையாக இருப்பதால், பார்க்கும் பொருளின் பிம்பம் கண் திரைக்குப் பின்னால் விழும். இதை Convex lens அணித்து திருத்திக் கொள்கின்றனர் மூன்றாவதாக, விழி வெள்ள படலம் உருளையாக இல்லாமல் போனால் பார்வையில் சிலிண்ட்ரிகல் பவா (ASTIGMATISM) என்ற கோளாறு ஏற்படும். எல்லா தூரங்களிலும் பார்வை பாதிக்கப்படும். இதற்கு Cylindrical lens அணித்து சரி செய்து கொள்கின்றனர்.

கேள்வி: இவ்வாறு ஏற்படும் கோளாறுகளை எவ்வாறு குணப்படுத்தலாம்? டாக்டர் சித்ரா: மேலே கூறியபடி தகுந்த



இனி  
கண்ணாடி  
அணிவ  
வேண்டாம்!

மூக்குக் கண்ணாடிகளை அணிவதால், அனைத்து விடச் சிறந்தது காண்டாக்ட் லென்ஸ். ஆனால் இதனை மிகவும் கவனமாக பாதுகாக்க வேண்டும் அடிக்கடி மாற்ற வேண்டியிருக்கும். சிலருக்குக் குறைந்த அளவு எம்ஸஸ் பவர் மட்டுமிருக்கும். இதற்கு இந்த அளவு பவரை குறைக்க கூடிய எளிதான சிகிச்சையான ரேடியல் கெரட்டோமியி (RADIAL



KERATOTOMY) என்ற சிகிச்சை அளிக்கலாம். அதேபோல் குறைந்த எம்மைர் லேசர் (EXCIMER LASER) சிகிச்சையும் அளிக்கலாம். ஆனால் இவை அனைத்தைக் காட்டிலும் மிகவும் முன்னமையான, சிறந்த, பாதுகாப்பான நவீன சிகிச்சை முறைதான் 'லாசிக் (LASIK) எனப்படும்.

**கேள்வி: லாசிக் என்றால் என்ன? இந்த நவீன சிகிச்சை மற்ற சிகிச்சைகளைவிட ஏன் சிறந்தது?**

டாக்டர் சாமுத்திரி: லாசிக் (LASIK) என்



டாக்டர் சித்ரா: டாக்டர் சாமுத்திரி திருநெல்வேலியில் இருந்து வந்த இடைவெளியில் ஒரு விழிக்குள் மெதுவாக செலுத்துகிறது.

5. லேசர் சிகிச்சை முடிந்ததும் திறக்கப்பட்ட படிவம் மெதுவாக திரும்ப பழையபடி வடிவமடையும்.

6. இயற்கையாகவே இரண்டு திமிடங்களில் மறுபடி ஒட்டிக் கொண்டு விடும். தேவையான சில நிரவங்களை கொண்டு கத்தம் செய் தப்படும்.

7. சரியாக ஒட்டிக் கொண்டு விட்டதை தெரிவு படுத்திக் கொண்ட பிறகு சிகிச்சை பெறுபவர் கண்களைச் சுழற்றி பார்க்கச் செய்யப்படுவார்.

8. கண்களில் டிரொபா, கைனோ படாமல் கண் மேல் ஒரு முடி பொருத்தப்படும். மேற் கூறிய சிகிச்சை அனைத்தும் பத்தே நிமிடங்களில் முடிந்து விடும்.

**கேள்வி: லாசிக் சிகிச்சையை எத்தனை பவுச் கொண்டவர்களுக்கு எந்த வய தினருக்குச் செய்ய முடியும்?**

டாக்டர் சித்ரா: லாசிக் சிகிச்சை முறை யில், கைனோ பவர் -1.00 முதல் - 25.00D வரை வியூண்ட டிட்டப்பார்வை உள்ளோர்க்கும், + 1.00 முதல் + 8.00 D வரையில் உள்ள தூரப் பார்வை உள்ளோர்க்கும், ± 10D வரையிலான அண்டுகமாயுடனும் உள்ளோர்க்கும் சிறந்த முறையில் சிகிச்சை செய்து குணப்படுத்தலாம். லாசிக் சிகிச்சையை பதினெட்டு வயதிற்கு மேல் எத்த வயதினரும், வயதானவர்கள் உட்பட அனைவரும் செய்து கொள்ளலாம். கமாராக இளைஞர்களுக்குப் பதினேழு வயதில் மூகம் வரை வேண்டிய அளவு வளர்ந்து பவரும் தலைவாகிவிடும். அதற்கு ஒரு வருடத்திற்கும் பிறகு அதாவது பவர் ஒரு வருடத்திற்கு மாறுபடாமல் நிலையாக இருக்க பிறகு 'லாசிக்' சிகிச்சை செய்து கொள்ளலாம்.

பொதுவாக பதினெட்டு வயது என்ற ஒரு வரைமுறை வைத்திருத்தாலும், சில சமயம்



றால் LASER-IN-BITU-KERATOMILEUSIS இதுணைப் புரிந்து கொள்ள முந்தைய எக்மைவர் லேசர் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். கண் ணாடி பவரைக் குறைக்கும் முறைகளில் எக் கைமர் லேசர் ஒரு வகை சிகிச்சை. இம் முறையில் லேசர் கதிர்கள் கருவிழியின் மேல் பாகத்தில் அளிக்கப்படும். லாசிக் முறையில் கருவிழியின் முன் பாகத்தை திரைவைப் போல எடுத்து அதை கீழே உள்ள கருவிழிப் பகுதியில் (STROMA) லேசர் கதிர்கள் கொண்டு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. லாசிக் சிகிச் சைையை படிப்படியாக எப்பவுச் செய்கிறோம் என்பதை விவரமாகப் புரிந்து கொண்டால் தெளிவு கிடைக்கும்—

1. கண்களுக்கு அனண்டிவிவா சொட்டு மருத்து போடப்படும். கைனோ, மரத்துப் போகும் சிகிச்சையோ செய்வாக கூடாது.

2. எங்களிடம் உள்ள நவீன கருவிவான HANSAT என்ற கருவி கொண்டு கரு விழியின் மேல் படியும் மிக துண்டியமாக திறக்கப் படுகிறது. கருவிழியில் 16 மிமீ அளவுக்கு மட்டுமே திறக்கப்பட வேண்டும்.

3. திறக்கப்பட்ட மெல்லிய படிவம் (FLAP) மேலே நகர்த்தப்படுகிறது.

4. சிகிச்சை பெறுபவரின் கண் பவருக்கு ஏற்ப LASIK என்ற கருவியே வேண்டிய அளவு

தேவன்: லாபிக் நிதிச்சா செய்து  
கொண்ட பிறகு எத்தனை நேரம்  
ஒய்ஸ்டுக்கே வேண்டுமோ (அ) பத்து, எதிர்ப்பது  
தொலையக்காட்சி பார்ப்பது போன்றவற்றை



உங்கள் குழந்தை தானிய உணவை உன்னும் நேரம்



வந்துவிட்டது. ஆனால், நான்கு மாத வயதில்  
அதன் தீவிர உறக்கம் சிதறு நாதம் வரவில்லை.  
பிரத்தியேகமாக, குழந்தைகளுக்கென தயாரிக்கப்பட்ட  
உணவை சில சிறந்தது.

**புதிய ஃபாரெக்ஸ் ரைஸ் மீல்ஸ்  
குழந்தையின் தேவையை அறிந்தது.  
ஊட்டம் தரும் உணவிலே உயர்ந்தது. உங்கள்  
குழந்தைக்கு, அது உகந்தது.**

அதிமுக, முதல் முறையாக இந்தியாவிலே புதித  
ஃபாரெக்ஸ் ரைஸ் மீல்ஸ். எளிதான தீர்மானிக்கக்கூடிய  
கவையிட. அகிரிக்கு இலத்தரம் அளித்த நத்தனங்கள்  
அனைத்துக் வாரும் குழந்தைக்கு, தயாராகவே சிலகம்  
கேட்டுத் தந்தே தயாரிக்கப்பட்டது. கட்டிடம் கட்டுவதில்  
தயாரிக்கப்பட்ட புதிய ஃபாரெக்ஸ் ரைஸ் மீல்ஸ், உங்கள்  
குழந்தைக்கு உணவாகக் கிடைத்தி லாஸ் பழக்கத்தினை  
வந்திரை அளவிலே வாரும் குழந்தைக்கு தேவையான  
விட்டத்தங்கள் அனைத்துக் கேட்டுத் தயாரிக்கப்பட்டது. குழ  
கவையிட தயாரிக்கப்பட்ட ரைஸ் மீல்ஸ் நான்கு இலத்தரம்  
விட்டத்தங்கள், உதவியை பெற்ற வந்தன முத்தரை  
வந்தி விடுவார்கள்.



வை, வை துக்கம், வை சேதிக்கக்க  
வை சில, சில, வை வாரும் வந்த வை வந்த.

**Farex**  
BRINGING UP RIGHT

# அந்த சில நாட்களில் வேதனை குறைவாகவா இருந்தது?

அந்த சில நாட்கள் என்றாலே, தம்மில்  
பலருக்கு உங்கடும் வேதனையும் தான்.  
தவிர, தொண்டுகளின் மென்மையான  
சருமத்தின் மீது சாஸிட்டரி நாப்பின்  
உரல்தனால் ஏற்படும் எரிச்சலால் திண்ணை  
இன்னும் மோசமாகிறது. ஆனால் இனிமேல்  
அப்படி இல்லை. கலக்கடும் வேதனையும்  
தரும் நாப்பின் டேங்களை விசென்ஸா



கொண்டு குணப்படுத்துங்கள். தடவிய உடனேயே விசென்ஸா குணமையும் இதழும்  
தருகிறது. மிகக் கடுமையான எரிச்சலையும் குணப்படுத்தும் வண்ணம்  
கிருமிநாசினிகளும் இதர பொருட்களும் கொண்டு விசென்ஸா முறையில்  
தயாரிக்கப்படுகிறது விசென்ஸா. வெப்பம், வியர்வை மற்றும் இலுக்கமான  
பேண்ட்உலக்கரினால் ஏற்படும் எரிச்சல்களிலிருந்து தியானம் பெற இந்த  
மென்மையான ஆபிண்ட்மென்ஸா பயன்படுத்தலாம். விசென்ஸா முற்றிலும்  
பாதுகாப்பானது. 50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக சரும வியாதிகளை குணப்படுத்துவதில்  
புகழ்பெற்றது. விசென்ஸா உங்கள் துணிகளில் கறை உண்டாக்குவதில்லை. அந்த சில



நட்களைப் பற்றி எதுவும் செய்ய  
முடியாது என்றாலும் விசென்ஸா  
உங்கள் முகத்தில் புள்ளைகளை  
வரவழங்கும்.

விசென்ஸா பித்தமேடி, வெடிப்புகள், வலிவாள் படை, தணர்ச்சி மற்றும் கை-கால் விரல்களுக்கு  
இடையே ஏற்படும் இன்ஃபெக்ஷனை குணப்படுத்துவதில் பெரிப்பெற்ற ஆபிண்ட்மென்ஸா.

For more information on skin problems, write to P.O. Box No. 1994, Chennai-600 001



**எப்போது செய்யத் தொடங்கலாம்?**

டாக்டர் சித்ரா: சிசிச்சை முடித்ததும் கண்களுக்கு குப்பி போன்ற முடி போட்டு விடுவதால் கண்களை கசக்காமல் தொடராமல் இரவு முழுவதும் அமைதியாகத் தூங்கலாம். மறுதான் காஸியில் கண்களை தூங்கப் பரிசோதித்த பிறகு படியப்பது முதல் அனைத்தையும் செய்யலாம். சிசிச்சை முடித்த தாள்கு முதல் ஆறு வாரங்களில் கண்களின் நிலை இயற்கையான நிலைக்கு வந்து விடும்.

**கேள்வி:** காலிக் சிசிச்சை எக்ஸைமர் மேசர் சிசிச்சையை விட ஏன் சிறந்தது?

டாக்டர் ராமலார்த்தி: எக்ஸைமர் மேசர் சிசிச்சையில் கருவியிலின் மேல் பாகத்தில் கதிர்கள் செலுத்தப்படுகின்றன. இதில் - 250 முதல் - 500 பவரற்றதால் குளப்படுத்த முடியும். இந்த சிசிச்சையில் வலி, கண் சிவப்பாவது, கண்ணில் நீர் கரப்பது, சிசிச்சை செய்து கொண்ட சில நாட்களுக்குப் பார்வை மங்கலாகிவிடுவது போன்ற குறைகள் உடனடி மேலும் இந்த சிசிச்சையில் பவர் திரும்பி வர வாய்ப்பு இருப்பதால் மாதக் கணக்கில் ஸ்டிராய்ட் சொட்டு மருத்து கண்களில் விடப்படும் இதை காரணமாக பார்வை மங்கலாக, புகை மூட்டமாகவேதான் இருக்கும். ஆனால் காலிக் முறையில் கருவியிலின் மேல்பாகம் திரை போல் தீக்கப் பட்டு சிசிச்சை அளிக் கப்படுவதால் மேற்கூறிய எந்த பிரச்சனையும் ஏற்படாது. பவர் திரும்பி வராத பார்வை பனிச்சென்றிருக்கும். இரண்டு கண்களுக்கும் ஒரே சமயத்தில் சிசிச்சை செய்யப்படும்.

இப்போது தமிழ்நாடு வந்துள்ள காலிக் கருவி 'ஊராண் டெக்னாலாஸ்' எனப்படும் உலக நிலையே தனது சிறந்த 'எக்ஸைமர் மேசர்' தயாரிப்பவர்களின் மிக தனித்தனாக '217' - 'காலிக்' எனப்படுவதாகும். இதை சிறப்பு இலை எக்ஸைமர் மேசர் மற்றும் கைக்கிரோ கெரடோம் ஆகியவை இணைக்கப் பட உள்ளன. கருவியிலின் முடி பாகத்தை, செல்லியை திரை போல் எடுத்து மேலே போடக்கூடிய 'ஹாஸ்டோடாம்' கண்களின் நிலைமைக்கும் அமைப்பிற்கும் தேவையான சிசிச்சையை தீர்மானிக்கிறது. இதனால் சிசிச்சையில் தவறு ஏற்பட வாய்ப்பில்லை. இந்தக் கருவியே எங்குவிடும் இருப்பதால் நிகழ் துல்லியமாக எங்குள்ள செயல்பட முடிபிற.

**கேள்வி:** இந்த சிசிச்சை பெற என்ன செலவாகும்?

டாக்டர் சித்ரா: இந்தக் கருவியைக் கருவி இலாண்டு உலகெங்கும் ஒவ்வொரு மாதமும் ஆயிரக்கணக்கானவர்களுக்கு சிசிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. அந்தந்த நாட்டின் பொருளாதார நிலைப்பெறப் சிசிச்சைக்கான செலவு



மேல் பொதுமன நலக்கி ஆளிக்க வேண்டிய கருத்து. தமிழில் சொட்டுக் கருவி உபயோகம், வெவ்வேறு பக்கம் மிகவும், சிறு, கருவேப்பிவை தாவித்து விடுவதை. மேல் தமிழ் பக்கம் பதிய வைவதில் நன்றாக இருக்கும்.

— ப.மகா

வருவிக் கப்படுகிறது. உதாரணமாக எங்களுக்கு குப்ப் பவிந்தி அளித்த டாக்டர் கைம்கேல் தாரால் என்ற தெர்மன் கண் மருத்துவரின் சிசிச்சைக்கு இரு கண்களுக்கு இரண்டு வட்டம் பெறுகிறார். தம் நாட்டில் பம்பாய் போன்ற நகரத்தில் அனுபத்தி ஐந்தாயிரம் செலவாகிறது. இந்த இரண்டு கண்களுக்கு சிசிச்சை பெற இருபத்தித்தாயிரம் ஆகும்.

இச்சிசிச்சைக்கு ஏன் இவ்வளவு கட்டணம் என்று தங்கை நினைக்கலாம். இந்தக் கருவியின் விலை மட்டும் இரண்டு கோடியாகும். இதனை வசூதம் முழுவதும் ஒரு நிமிடம் விடாமல் குளிர் சாதனை செயல்பட்ட துளி இவ்வளவு, ஈரப் பதம் அதிகமில்லாத அளவையில் பயன்படுத்த வேண்டும். இந்த சிசிச்சை செய்ய பயன்படும் காலியுப் பொருள் சிசிச்சை அளிக்கத் தொடங்கியதும், தொடர்ந்து பலருக்கு சிசிச்சை செய்யாவிட்டால் விளாதி விரும். இப்படியும் பல தமிழ்ச் செலவுகள் உள்ளன.

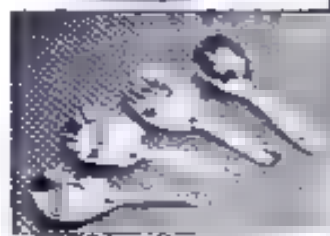
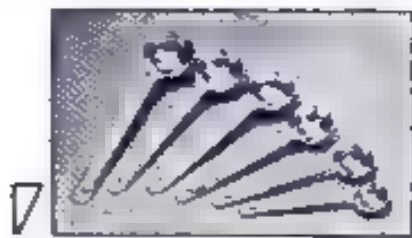
பேட்டியைத் தொடர்ந்து அவர்களுடைய கோவை ஆராயல்புரம் கப்பமண்ப தெரு கிழக்கில் 'ஜி ஐ ஸ்பெண்டேஷன்' (தொ-472030) மருத்துவமனையாகச் சுதர்ப் பார்த்தோம். சிசிச்சை பெற்றவர்களில் பலர் இனி கண்ணாடி அணிதும் தொல்லை இல்லை எனதாராகக் மகிழ்ச்சியாக. அங்கே அந்த சிசிச்சை எப்படிச் செய்யப்படுகிறது என விடியோ காட்டப்படுகிறது அனைவருக்கும் தம் விஞ்ஞானத் தொழில் துட்ப முன்னேற்றத்தை விவக்காமல் இருக்க முடியவில்லை. அந்தப் பிரதிப்புடன் டாக்டர் நம்பதி கவிடமிருந்து விடை பெற்றோம்.

**பேட்டி: ராஜ்யத் சத்திரசேகர்**

இவ்வதாரஸிகளுக்கு புதிய துணை  
சமையல் கலையில் திருப்பமுனை  
மில்க் பாய்லர், இட்லி குக்கர்,  
வாட்டர் ஃபில்டர், குழிகரண்டி  
எல்லாம் தந்திமே

# Murugan

முருகன் மெட்டல் என்றாலே  
முகம் மலரும் தன்னாலே



## முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்

21, பொன்னப்ப செட்டி தெரு, சென்னை - 3.

போன்: 5350182, 5343412

# பிலகம் ஸாக்யபுஸ்

புரோகிராமர் என்பாடுதிராசன்.  
2.377000

C, C++ Language  
FOXPRO, FOXBASE, DBASE  
Package

"புரோகிராமர் என்தால்  
என்பாடு"

- உங்கள் சந்திக்க  
கொள்வீ என்பதும்  
புரோகிராமர்  
உங்கள்

அதாவதத்தில் உங்களுக்கு  
Salary Slip கொடுக்கிறார்கள்  
அல்லவா அதன் Format

தேர்ச்சியை வழங்குவதில் இருக்கும்.

Name of the Employee :	XXX
Employee Code:	901
Basic Pay	2100
DA :	200
HRA	500
CCA	250
PF	100
LIC	200
GS	2750
Tax	275
Net Pay	2475

## 'காமகேர்' கே. புலகேஸ்வரி

இந்த இதழில் நான் பங்கேற்ற போன்று  
Best Programmer - ஆக உருவியது என்பது  
என்பதால் பற்றி

அதற்கு முன் பிரொகிராமர் என்பதால்  
பார்? அது எந்த 'ராமா' என்று  
பார்க்கலாமா?

கம்ப்யூட்டர் புரோகிராமர் மற்றும்  
புரோகிராமர்

கம்ப்யூட்டர் என்பதும்  
எலக்ட்ரானிக் இயந்திரத்துடன்  
நாம் தொடர்பு கொண்டு  
அதனை இயக்கி வைத்து நாம்  
புரோகிராமர் என்று வலங்களை  
மீட்டிக்கொள் உன்னை.

1. Editor
2. Language
3. Package

Editor என்பது டைட்டைப்பை  
போன்றது டைட்டைப் செய்து மட்டுமே  
பயன்படுகிறது அதன்னைக் கொண்டு  
நாமால் கவனத்தில் செல்லவேண்டும்.

புரோகிராமர் எழுதினே முதலாவது  
உதாரணம் Wordstar

Language மற்றும் Package  
நுட்பத்தைக் கொண்டு  
நாமால் புரோகிராமர்  
எழுதி எழுதிய அந்த  
புரோகிராமர் எழுதின  
பெயரிலானதே சொல்லக்கூடும்

இந்த Format-ஐ ஏதாவது மாதிரி  
நாம் எழுதி - Employee என்றால், code, Basic Pay,  
allowances, மற்றும் deductions இவற்றை  
கம்ப்யூட்டருக்கும் செலுத்து நிரிப்பை  
அவ்வுட எடுப்பதற்கு மிகவும்  
நேரமாகும் மனித உயற்பாடி  
(Man Power) திரும்பத் திரும்ப  
செலவிடும் செலவை உறு  
அவ்வாறியதாக விளக்கிவைத்து.  
திரும்பப் பதிலாக அம் எழுதி  
உறு Language-ஐ உறு Package-  
வை (eg. C, C++ languages & Base,  
Foxbase, Foxpro - Packages) புரோகிராமர்  
எழுதி எழுதினது கொண்டு மீட்டரை

அதாவதில் பெயர், அதாவதில் என்  
மற்றும் என்னை பெயர், நாம்  
கம்ப்யூட்டர் திரும்ப செலுத்தினால்  
போதுமானது

Allowance deductions -

நுட்பமாக தனக்கென  
கவனத்தில் கொண்டு  
Gross Pay  
என்பது  
என்பது Tax -  
Gross pay -  
என்பது  
என்பது

**வாழ்வில் முடிவெடுத்த அத்தத்  
தருணம் என்றும் புகழையானது...**



**அதற்கு நடான மற்றொரு தருணம் தங்கள் யெஸ்டி  
அபுலாஸரியேட்ட் பில்டர்ஸிடம் இல்லம் வாங்கும் இனிய  
தருணம்தான்!**



**அண்ணா நகர், தி. நகர், நங்குதல்லூர், வேளச்சேரி மற்றும் பிற இடங்களில்  
அழகிய தரமான உலகம் ஃபிளாட்டுகள் மற்றும் தனி வீடுகள் வாங்க  
அனுபவங்கள்**



**YESDE ASSOCIATED BUILDERS LTD.**

**FLAT PROMOTERS & PROPERTY DEVELOPERS**

**26, Ranganathan Street, 2nd Floor, T. Nagar, Madras - 600 017.**

**Phone: 4340224/4340210/-4342667. Fax: 044-2344333**



கணக்கிடப்பட்டு Net Pay கிடைத்து விடும். ஒரு அலுவலகரின் பெயர், எண், பேசிக் பே இவைகளின் துணையோடு ஒரு சாவரி கிஸ்ப் தயாராகி விடுகிறது.

இதைப் போலவே Accounting Software எழுதி வைத்துக் கொண்டால், மாஸி ஆக அக்கவுண்ட்ஸ் எழுதி நேரத்தையும், மனித உழைப்பையும் வீண் செய்வாமல் மிகக் குறைந்த நேரத்தில் பெரும் பலன் அடைய முடியும். மாத வகுமானத்தையும், செலவையும் மட்டும் கம்ப்யூட்டருக்குள் செலுத்தி Balance Sheet கிடைக்கப் பெறலாம்.

எங்கெல்லாம் ஒரே வேலை திரும்பத் திரும்ப செய்யப்படுகிறதோ அங்கெல்லாம் அந்தக் குறிப்பிட்ட வேலையை Manய் ஆகச் செய்வாமல் புரோகிராம் எழுதி வைத்துக் கொண்டால், மிகக் குறைந்த நேரத்தில் பெரும் பயனடைய முடியும். வீணடையும் மனித உழைப்பை வேறு ஏதாவது ஆக்கப்பூர்வமான வேலைக்குப் பயன்படுத்த முடியும்.

இப்படி புரோகிராம் எழுதும் வேலையைச் செய்பவர்களுையே "புரோகிராமர்" என்னின்றோம்.

கம்ப்யூட்டரில் நான்கு எழுத்து டைப் செய்து பிரிண்ட் அவுட் எடுக்கக் கற்றுக் கொண்டாவுடனேயே... "நானும் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்!" என்ற ஆவல் அடி மனத்தில் ஏற்படுவது இயற்கையே.

நல்ல எண்ணெய்தான்.

சிறந்த முயற்சிதான்.

ஆனால் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன் தீங்கள் உங்களைத் தயார் செய்து கொள்ள வேண்டியது மிக அவசியம்.

ஏனென்றால்...

அடிப்படை அறிவு பெறாமல் நேராக,

"கம்ப்யூட்டரில் புரோகிராம்!" எழுதப் போகிறேன் என்றெண்ணிக் கொண்டு Programming Languages (உதாரணத்துக்கு Basic, Cobol, C, C++,...) கற்றுக் கொள்ள முயன்றால், மனிதனால்... அவ்வளவு முன்னவின் கசக்கவேண்டிய இயக்கப்படும் கம்ப்யூட்டர் உங்கள் கண்களுக்கு மட்டும் "மாயாஜாலப் பெட்டி." போன்று தோற்றமளிக்கும். "கம்ப்யூட்டர் அவர்தி!" ஏற்பட்டு குழந்தைகளுக்கு பரீட்சை துரம் வகுத்து போல... கம்ப்யூட்டர் வகுப்புகளுக்கு கிளம்ப வேண்டுமென்றாலே... வெறுப்பு உண்டாகி... வகுப்புக்கும் செல்லாமல் இருக்க ஏதோ ஒரு காரணம் சொல்வத தோன்றும்.

கம்ப்யூட்டர் உலகில் நுழைவதற்கு முன் கம்ப்யூட்டருடன் மிக நெருக்கமாகப் பழக வேண்டும்...

என்ன? புரிவதில்லையா?

கம்ப்யூட்டர் ■... போர்களுள்ள மிகத் திறமையாக காவகமாகக் கையாளப் பழக வேண்டும் 'டைப்ரைட்டிங்' போல டைப் செய்யப் பழகி பிரிண்ட் அவுட் எடுக்கக் கற்றுக் கொள்ளலாம். அதன் மூலம் ஒரு "நம்பிக்கை ஒளி" பிறப்பதை உங்களாலேயே உணர முடியும்.

"இவ்வளவுதானா கம்ப்யூட்டர்?" என்ற நம்பிக்கை உங்களுக்குள் ஏற்பட்டு விட்டாலே கம்ப்யூட்டருடன் மிக நெருக்கி விட்டமர்கல் என்றுதானே அர்த்தம்.

இன்னும் சொல்லப் போனால்... கேம்ஸ் விளையாடப் பழகினால் ■ போர்டில் உங்கள் பட்டங்களை இவருவாக இயக்கும் திறன் கிடைத்து விடும்.

எந்தப் பிரிவு மக்களானாலும்...

எந்த மொழி பேசுபவர்களானாலும்...

எந்த வயதுக்காரர்களானாலும்...

"கேம்ஸ்" விளையாட்டு அனைவரையும் ஒருங்கிணைத்து விடும். கம்ப்யூட்டரில் செஸ், கேரம், கிரிக்கெட் என விளையாடப்

கிரை பொரியல் செய்யும் பொழுது, கடுகு, உ. பருப்பு தாளிப்பதற்கு பதில், வெங்காயம், பூண்டு, ப. மிளகாய் மட்டும் தாளித்து, பொரியல் செய்து பாருங்கள். எந்தக் கிரையாக இருந்தாலும், பொரியல் கமகமவென பணமாக இருக்கும். தேயிலாய் வேண்டாம்.

- LITRAT



தீட்டில் உறவினர் வாங்கி வந்து தந்த பஞ்சாயித்தம் (ஸ்வாமி பிரசாதம்) அதிகமாக இருந்தது. அத்துடன் அரை ரூப் பால் சேர்த்து, ஒரு ரூபு தேவகாயத் துருவனும் சேர்த்து, அடுப்பில் வைத்துக் கிளறி, தட்டில் கொட்டி, ஹண்டுகளாக தறுக்க, பஞ்சாயித்த பரீ வெகு ஜோராக இருந்தது.

— வாலா



பழகினால் கம்பலூட்டர் சங்கு நன்கு பணியாடும் (ஸ்வாமிபாதி) விரும்பும் பலம் தெளிந்து தெளிவு பிறக்கும்.

அதன் பிறகு புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்ள முயன்றால்... நீங்கள் தான் புரோகிராம் எழுதுவதில் முன்மொடியாக இருப்பீர்கள் என்று சொன்னால் அது யிணையாகாது.

சரி... இப்போது நாம் பார்க்கப் போவது... கம்பலூட்டர் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்ள வலது வரம்பு ஏதேனும் உள்ளதா? ஆங்கில ஞானம் வேண்டுமா? என்பதைப் பற்றி.

6 வயது குழந்தை முதல் 60 வயது முதியவர் வரை எல்லா வயது பரிந்து பெறுகிறார்கள். அதில் பாதிக்கு மேல் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்பவர்களே அதிகம்.

"எனக்கு ஐம்பது வயதாகிறது... எனக்கு கம்பலூட்டர் புரோகிராம் எழுத வருமா?"

"எனக்கு ஆங்கிலத்தில் தல்ல புலமை கிடையாது. எனக்கு புரோகிராம் எழுத வருமா?"

— என்று ஆயிரம் கேள்விக் குறிகளோடு எல்லாம் நாடி வரும்வர்களுக்கு எப்போதும் நான் சொல்வது இதுதான்.

"கம்பலூட்டரில் பெயரெடுக்க... வலது வரம்போ மொழிப் பிரச்சனையோ ஒருபோதும் தடைபடக் இருக்காது. எந்த வயதுக்காரர்களாக இருந்தாலும் வார்த்தைகள் நிமிஷம் அதாவது ஆராய்ந்து அறிந்து கற்றும் மனோபாலம் மாறும் ஆர்வம் இருந்தாலே போதுமானது. அந்த நிமிஷம் ஆங்கிலமோ... தமிழோ அல்லா மற்ற பிற மொழிகளிலே... எப்படி வெண்டுமாளானும் இருக்கலாம். ஆனால் அதனை வெளிப்படுத்த வேண்டிய அளவிற்கு ஆங்கிலப் புலமை இருந்தால் போதுமானது."

சரி... ஐம்பது வயதுக்காரர் கம்பலூட்டர்

புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்ளு என்ன சொல்லப் போகிறார்?

இளைஞர்களுக்கு இளைஞிகளுக்குப் பேரட்டியாக?

தன்னைக் கூற்றி உய்வார்கள்... மகள் மருமகன்கள், மகள், மாப்பிள்ளைகள், பேரன் பேத்திகள் என அனைவருமே கம்பலூட்டர் படித்துப் பட்டம் பெற்று கம்பலூட்டர் மொழி பேசும் போது... ஏதோ கண்ணைக் கட்டிக் காட்டில் விட்டது போல உலகமும் முதியவர்கள், அந்தத் தன்னாத வயதிலும், மிகுந்த ஆர்வத்துடன் கம்பலூட்டர் பவில வருகின்ற ஆழ்கே... அழகுதான்.

பழைய கழிதலும் புதிய புத்தலும்... வழுவுல கால வகையினாலே...

என்பதைப் போல அந்தக் காலத்தில் நாங்கள் படிக்காததா? என்ற விம்பு பிடிக்காமல் கம்பலூட்டரில்... இன்டர்நெட்டில் உலகம் கூற்றிப் பார்க்கிறார்கள். வெளிநாட்டில் உள்ள மகள், மகன்கள் உறவு கொண்டாடுகிறார்கள்...

முதியவர்களே காலத்திற்கேற்ப வளவந்து கொடுத்துப் புதியவற்றை கற்றுக் கொள்ள விழையும் போது... இளை மொட்டுக்களின் குழந்தைகளாவும், சின்னஞ்சிறு செடி போல வளர்ந்து வருகின்ற இளைஞர் இளைஞிகளாவும் முடியாததும் உண்டோ?

வளமிருந்தால் மார்க்கமுண்டு!

இலக்கு ஒன்றை எட்டுவதற்கு ஒரேயடிவாக ஐந்த ஐம்பு செய்யக் கூடாது. செய்ய முயன்றால் தடுக்கி விழவே நேரிடும். படிப்படியாக அடிப்படைகளில் இருந்து கற்றுக் கொண்டு முன்வெற வேண்டும். உதாரணத்திற்கு... ஒன்று சொல்கிறேன்.

"இப்போதெல்லாம் Visual Basic என்ற கம்ப்யூட்டர் Language தான் புழக்கத்தில் உவ்வன. அதைப் படித்து விட்டால் உடனே அமெரிக்கா போர் விடலாம்" என்று வாரிசு சொல்விறார்கள் என வைத்துக் கொள்ளலாம்.

உடனே அமெரிக்கா செல்லலாம் என்று சொல்கதில் கம்ப்யூட்டரில் எந்த மொழியுமே தெரியாத ஒதுவா தேரடியாக Visual Basic கற்றுக் கொள்ள முடியும் போதுதான் பிரச்சனை ஆரம்பமாகும்.

"தலைமயம் புரிவாரமே... காலம் புரியாமல்..."

இவ்வாறு விடுவீர்கள்

முதலில் ஏதேனும் ஒரு மொழியில் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொண்டு விட்டு விடப் Visual Basic படித்தால் பிரச்சனை இருக்கும் இப்போது போலீசு என்று மொழி புழக்கத்தில் இல்லை. ஆனால் காலத்தில் பாவப்படுத்துவதில்லை. ஆனால் போலீசு எல்லா புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொண்டு விட்டால் மறு மொழி படிப்பதற்கு இலகுவாக இருக்கும்.

எந்த அடிப்படையில் அறிவுமே இல்லாமல் புரோகிராம் எழுத முடியும் போது கம்ப்யூட்டர் மனிதனை சோம்பிவிட ஆக்குகிறது.

மேலும் வரையறைக் குறைகிறது கம்ப்யூட்டர் Valuation தவறாக இருக்கிறது.

என்று ஏதோ "ஒரு சாகசம்" சொல்லிக் கொண்டு கம்ப்யூட்டரை விட்டு வர. மட்டும்தான் தொண்டை நடு வெள்ளை வரலாம்.

இதை தான் ஒரு வாதத்துக்காகச் சொல்லவில்லை. எங்கெந்த தெரிந்தே எவ்வளவுதான் மாணவர்களாகிய சிலர் தான் எவ்வளவு சொல்விறா கேட்காமல் புரோகிராமின் நேரடியாகக் கற்றுக் கொள்ள முடியும் நல்லது இயலாமையை கம்ப்யூட்டர் சொல் கமத்தி ஒதுங்க ஆரம்பித்தது. வீரபு

என்று அறிவுரைகள் படி. அடிப்படையில் இருந்து கற்றுக் கொண்டு புரோகிராம் எழுதுவது இன்று நல்ல திணைமையில் உள்ளது.

என்னுடைய அனுபவத்தில் சொல்கிறேன்.

"முதலில் கம்ப்யூட்டருடன் தட்பு கொள்வீன் அதனை ஆட்டுவிக்கும் புரோகிராமரைக் காட்டுவீன்"

கம்ப்யூட்டர் என்ற எலக்ட்ரானிக்

இயந்திரம் மனிதனின் புரோகிராமரின்மேலே

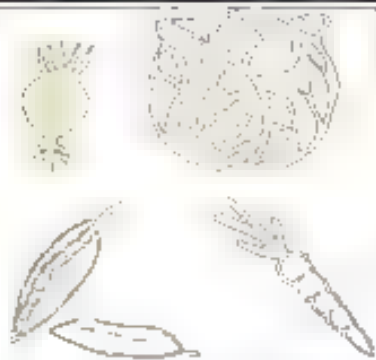
ஆட்டுவிக்கப்படுகிறது. தாம் எப்படிச் செயல்படக் கொடுக்கின்றோமோ... அதன்படி அது இயங்குகிறது. தாம் எந்த மாதிரி output அடிகாரிக்கின்றோமோ அதை outputகளாக வந்தெடுக்க தாம் தெளிவாக இருக்க வேண்டும்.

உதாரணத்துக்கு கம்ப்யூட்டரில் இருந்து வேலையின் வீசு பெற விடுவதற்காக... அதை வேலையின் வீசு தயாரி செய்வது. வேலையின் வேலையின் Entry, General ledger, profit and loss account, Trial Balance இவ்வாறு அவ்வவ்வகைகள் தயாரி செய்வதற்காக வந்தெடுக்க தீர்மானம் எடுத்த நிர்வாகம். இதற்குக் வேலையின் மேலும் மேலும் கணக்கு செய்வதற்கு வேலையின் வந்தெடுக்க கொண்டு, நிர்வாகம் கம்ப்யூட்டரில் ஒரு மொழி அல்லது 'கோடு' நுழைக்கவே புரோகிராம் எழுதப் படிக்க வேண்டும்.

எப்படி இல்லையென்றால் மூன்று படிப்படியாக புரோகிராமம் கம்ப்யூட்டரில் வேலையின் செயல் கொண்டு வேலையின் வீசு வந்தெடுக்க இதைத் தயாரிக்கல் இவ்வாறு வேலையின் வேலையின் இவ்வாறு கணக்கிட்டு வேலையின் வேலையின் வீசு கொண்டு நிர்வாகம் வந்தெடுக்க வேண்டும்.

முட்டைக் கோல், காசு மற்றும் தேயிலைப் போட்டுச் செய்யும் பொரியலில் உப்பு அதிகமாகி விட்டால் கவலை வேண்டாம். ஒரு கைப்பிடி பயத்தம் பருப்பைக் கழுவி ஊறவைத்து விட்டு, கொதிக்கும் தீரில் ஊறவைத்த பயத்தம் பருப்பைப் போட்டு 2 கொதி வந்ததும் மூடி வைத்து விட்டு ஆறியதும் வடிக்கி விட்டு உப்பு அதிகமான பொரியலில் சேர்த்துக் கிளிதி விட்டால் பொரியல் பிரமாதமான கண்வடிவம் இருக்கும். அதிக உப்பும் இருந்த இடம் தெரியாது மறைத்து விடும்.

- உஷா



வர வர உலகியில் வரும் சில விளம்பரங்களுக்கு சென்னைப் போர்டு இருந்தால் தேவலை. ஆனால் விளம்பரங்களைப் படங்களோடு காண்பிக்கிறார்கள். குறந்தைகள் குன்னாலோ, விஞ்ஞானிகள் வத்திருக்கும் போதோ, உலகிய சிறுத்தவும் முடிபாயல் கஷ்டங்கள் இருக்கிறது. இப்போன்ற விளம்பரங்களை ஒளிபரப்பாயல் இருந்தால் நல்லது.

- மஞ்சளா இராமசாமி



Best Programmer ஆக வர வேண்டும். அந்த இலக்கை அடைய வேண்டுமென்றால் சிம்கண்ட ஸ்தூதனாகவும் அவசியமாகின்றன.

1. இலக்கைப் பற்றிய தெளிவு  
2. அதை அடையத் தேவையான படங்கள்

3. சோர்வடையாத முயற்சி, ஆர்வம், உதவேகம்.

4. கடின உழைப்பு

5. அதனை அடையும் வரை

மாற்றமில்லாத சிந்தனை.

ஒவ்வொரு language மற்றும் package க்கும் தனித்தனியான பயன்பாடு இருக்கிறது.

உதாரணத்துக்கு ஒன்று சொல்சிறென்-

D, C++, VC++ : Language

Solentilo மற்றும் Engineering துறைகளில் பயன்படுகிறது. கம்ப்யூட்டருக்கு உயிரூட்டும்

சாகிப்ட்வேர் Operating System என்ற

சாகிப்ட்வேர் தயாரிக்க உதவுகிறது.

DBASE, FOXBASE, FOXPRO - Package இவைகள் Application Software தயாரிக்க உதவுகிறது.

உதாரணம் : Student Mark sheet, Salary Slip, Accounting Software.

இப்படி ஒரு குறிப்பிட்ட வேலையைச் செய்வதற்கான எழுதப்படுகின்ற

அப்சிரிகேஷன் புரோகிராம் எழுதுவதற்கு

பயன்படக்கூடிய FOXPRO- இப்போது

இதுதான் வேடஸ்டாக பயன்படும் 'package'

வில் நீங்கள் புரோகிராமர் ஆக வர

விரும்புகிறீர்கள் என வைத்துக்

கொள்வோம். முதலில் நீங்கள் தெரிந்து

கொள்ள வேண்டியது... Foxpro- வில்

அப்சிரிகேஷன் ஏரியாஸ். அதாவது அதனை

உபயோகப்படுத்தும் அலுவலகங்கள்...

மற்றும் அதனை எந்த அளவிற்கு அலுவலக

உபயோகத்திற்குப் பயன்படுத்தலாம்.

எப்படியும் பயன்படுத்தலாம் என்பதில்

தெளிவு ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

பிறகு Foxpro-வில் புரோகிராம் எழுதக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன் அதற்கு அடிப்படையான DBASE என்ற பாக்கேஜில் உள்ள அடிப்படை கமெண்ட்களை நன்றாகப் பயன்படுத்தக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

பிறகு கற்றுக் கொள்ளும் போது மிகவும் கடினமாக இருக்கும் பாடங்களை எளிப்படுத்து விடாமல், தொடர்ந்து ஆர்வத்துடன் "நம்மால் முடியும்" என்ற பாஸ்டிவ் உத்தேசத்துடன் உங்கள் ஆசிரியரைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால், "அளவுகறை" நூலாத்துடன் நாம் புரோகிராம் எழுதினால் கம்ப்யூட்டர் தவறாகவே பதிலளிக்கும். பிறகு கம்ப்யூட்டரைக் குற்றம் சொல்லிப் பயனில்லை.

இரும்பத் இரும்பு ஒரே லாஜிக்ளா என்று அலுத்துக் கொள்ளாமல் நிறைய புரோகிராம் எழுதப் பழகினால் Programming flow சிலைக்கும்.

'எனவே... இன்னும் Foxproவைப்

படித்துக் கொண்டிருக்கிறாய்...

இப்போதெல்லாம், C, C++ க்குத்தான்

வாய்ப்பு' என எவரெனும் "கமெண்ட்..."

கொடுத்தால் உடனே நான் கோர்த்து

படித்துக் கொண்டிருக்கும் Foxproவை

அப்படியே விட்டு விட்டு C, C++க்குத் திரவக்

கடாது. எந்த கோர்ஸுக்கும் அழிவு

கிடைப்பது என்ற மன உறுதியுடன் நீங்கள்

படித்துக் கொண்டிருக்கும் Foxproவை

முழுதவறாகப் படித்து முடிக்கும்

மாற்றமில்லாத சிந்தனை வேண்டும்.

இத்தனை தகுதிகளையும் நீங்கள்

வளர்த்துக் கொண்டால் எதிர்காலத்தில்

நீங்கள்தான் "BEST PROGRAMMER"

அடுத்த இதழில் நாம் பார்க்கப் போவது

இல்லத்தரசிகளுக்குள்ள சில கம்ப்யூட்டர்

டிபன்சன்...



**த**

வைமுதல் கால்  
வரை  
எல்லாவற்றையும்  
அழகாக  
வைத்துக்  
கொண்டு விட்டால்,  
அதைவிட மனதிற்கு  
மகிழ்ச்சியை அளிக்கக்  
கூடியது வேறு என்ன  
இருக்க முடியும். ஒரு  
பெண் அழகாக இருக்க  
விரை என்றால் அவள்  
மூலம் மட்டும் அழகாக  
உள்ளது என்று தாம்  
எடுத்துக் கொள்ள முடியுமா  
தல்லவா? அழகு என்பது  
முகத்தை மட்டும் சேர்த்த  
தல்ல, அது எல்லா அங்கம்



இதற்குப் பிறகு நல்ல புரிதல் கல்லை  
எடுத்து உன்னதமாகவும் குதிகால்  
கண்ணையும் ஐந்து நிமிடங்களுக்கு ஒத்தடம்  
(மசாஜ) செய்து கொள்ள வேண்டும்.  
கால்களை ஆரோக்கியமாக வைத்துக்  
கொள்ள விரும்புலிநவர்கள் குதிகால்களை  
உம், உன்னதமாகவும் எண்ணெயிலோ,  
கிரீமினாலோ மெதுவாக  
ஒத்தடம் செய்து கொள்வது  
அவசியம் இப்படி ஒத்தடம்  
செய்து கொண்ட பிறகு  
அதிகமான எண்ணெயைத்  
துடைத்து விட வேண்டும்.  
விரும்புலிநவர்கள்  
கால்களுக்கு, பாலிங்  
போட்டுக் கொள்ளலாம்.  
வேலைக்குச்  
செல்லும் அவசியம்  
உள்ளவர்கள்  
அடிக்கடி கால்களுக்கு எண்ணெய்த்  
தேய்த்து ஒத்தடம் கொடுத்துக்  
கொண்டு இருக்க வேண்டும். அப்படிச்

# அழகுக்கு

## அடிச் செய்யலாம்

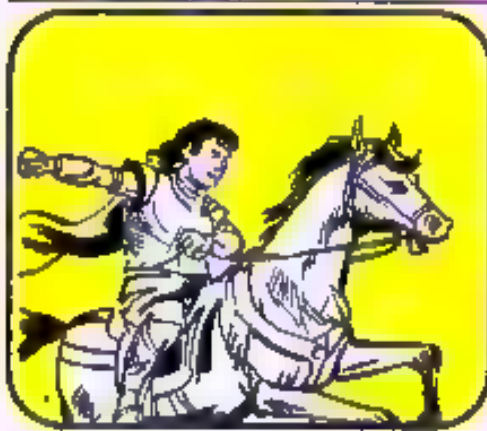


கணையும் சேர்த்தது.  
சாதாரணமாக ஒருவரது  
கால்களைப் பார்த்தே அவர்  
எப்படிப்பட்டவர் என்பதைச்  
செய்ததில் கொல்லி விட முடியும்.  
கால்களை கந்தமாக வைத்துக்  
கொள்ளாதவர்கள் திச்சைப்  
சோம்பெறித்தனத்திற்கு நெருங்கிய  
உறவினராகத்தான் இருக்க முடியும்.  
தம் தாட்டுப் பெண்கள் புடைவைகள்  
அணிவதால் அவர்களது கால்கள் அதிகம்  
வெளியே தெரிவிதிவ்வை. தம் உடலைத்  
தூய்மை திற்பதே கால்கள்தான். ஆதலால்  
கால்க்கு அதிக கவனம் கொடுத்துத்  
அவசியம். சில வழிமுறைகளை பின்பற்ற  
வேண்டும்.  
வாரம் ஒருமுறை சில நிமிடங்கள்  
ஒதுக்கினால் போதுமானது. முதலில்  
வாய்க்குள் பேசினால் சூடான தண்ணீர்  
எடுத்துக் கொள்ளவும். இரண்டு கால்களை  
உம் அதில் ஐந்து நிமிடம் ஊறவைப்புகள்.  
சிறிது சோப்பு போட்டு அழுத்தத் தேய்க்க  
வும். கூறாக ஊறிய பிறகு கால்களை  
வெளியே எடுத்து உலர்த்த துணிவால்  
துடைத்து விட வேண்டும்.

செய்வாவிட்டால் குதிகால்களில் வெடிப்பு  
ஏற்படும்.  
என்ன இம்மாதிரி வெடிப்பு  
உண்டானால், சமமான மேற்பரப்புக்  
கொண்ட கால்களை அணிவாமல் சிறித  
தூரில் வைத்ததை அணிவதாம்.  
தகவன் ரெய்டன், புரோட்டின்  
பொருள்களாலும் சோர சொரப்பான திகக்  
கண்ணும் உண்டாக்கப்படுவன. தகவன்க்கு  
இரத்தம் சிடைபாது. வெட்ட வெட்ட  
வளரும் தகத்தின் மேல் பக்கங்களும் அடிப்  
பக்கமும், புறமும் விரவ்வின் தகைப்  
பிடிப்புகளில் பதித்துள்ளது க்யூடிகல் (Cul-  
ture) பிடிப்பு தகத்திற்கு பாதுகாப்பு தரு  
கிறது. விரவ்வன், தகவன் பாதுகாப்பிற்கு  
மெனிக்யூர் பெடிக்கூர் என்று சொல்லப்  
படுகிறது.  
என்னுடைய சிசிச்சைபின் மூலம் பித்த

# கோகுலம்

ஜூலை '98 இதழில்...



● தீரசேனன் வென்ற  
திகில் மலை!  
- சித்திரத் தொடர்கதை

● கோலப் போட்டி  
அறிவிப்பு

● சினக்கரடிக்கு எத்தனை  
விரல்கள்?

● கிரஹபதி  
- புராணக்கதை

● கிரிக்கெட் பயிற்சி  
பெறுவது எப்படி?

● சனப் பெருஞ்சுவர்

வண்ண  
ஸ்பிடர்கள்  
இலவசம்!

விலை ரூ. 6/-  
மட்டுமே

47, ஜவாஹர்லால் நேரு  
சாலை, ஈக்காடுதாங்கம்,  
சென்னை - 97

வெடிப்பு ஆறவே போக மூல்கை  
என்னென்ப. மசாஜ் தருகிறோம். சிலருக்கு  
வைட்டமில் மற்றும் சாஸ்திரியம் குறை  
வினால் சொத்ததைகள் ஏற்பட்டு நகங்களின்  
நிறம் மாறுபடும். உடல் பலவீனம் காரண  
மாகவும் நிறம் மாறு வாய்ப்புள்ளது. மசாஜ்  
மூலம் மணிக்கட்டு மற்றும் விரல்களின்  
இணைப்பு எலும்புகளின் பிடித்தும் முதுக்கி  
வீட்டு இயக்குவதால் நல்ல இரத்த ஓட்டம்  
ஏற்பட்டு, கை, கால் விரல்களுக்கு புது  
துணர்ச்சி ஏற்படுகிறது. நல்ல இரத்த  
ஓட்டத்தினால் நவங்கள் பண்பளப்பாகவும்  
அழகுடன் செழுமையாகவும் இருக்கும்.

சருமம், கண், கேசம், நகம், புற்கள் இவை  
உறுதியுடனும் ஒளிவுடனும் இருப்பதற்கு  
இன்றியமையாத உயிர் சத்தான வைட்ட  
மின்கள், A, C, D மிக முக்கியம். ஆயும் பெயர்  
தோல், கண், கேசம், நகம் இவற்றை  
ஆரோக்கியமாக வைப்பதுடன் தொத்து  
நோய் தடுப்புச் சக்தியாகவும் அளிக்கிறது.

கவர் இருந்தால்தான் சித்திரம் எழுத  
முடியும். உடல் ஆரோக்கியம் மிக முக்கியம்.  
உடற் பயிற்சியினால் என்னென்ப படை  
அதிகரிக்கும் என பலர் எழுதுகிறார்கள்.  
உடற் பயிற்சியினால் உண்டாகும். வீரத்தை  
உடம்பின் என்னென்ப படைபுடன் கலந்து  
தோன்றிற்று அதிகமான என்னென்ப தன்மை  
தரும். உடற் பயிற்சியினால் என்னென்ப  
படை அதிகரிக்கிறது. என்னென்ப படை  
அதிகரிப்பதும், உறுவதும் இரண்டும்  
என்னென்ப கருவிகளை பொறுத்தது.

நாமாகியே உடல் எடுத்துக் கொள்ளக்  
கூடாது. சிறந்த உயரநிலைகள் ஒவ்வொரு  
யாருக்கும் பொருந்துவது போல உடல்

நுலார்கள், அவர்கள் ஆரோக்கியத்தின்  
பிரிவையே எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மூல்கை சிவச்சகய பக்கவினாவர்கள்  
அறவே அற்றது. நல்ல பலன் தருவதை  
அனுபவபூர்வமாக எண்ணால் சொல்ல  
முடியும். (சந்தேகங்களுக்கு என் தெர. பே.  
1917157).

ஆரோ ஆயில் மூலம் செய்யும் facial  
மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கிறது.  
எப்போதும் டென்ஷன் உள்ளவர் கூட  
facial செயதபின் டென்ஷன் நன்றாக  
போய்விட்டது என்பார்கள். பெண் தொழில்  
அதிபர்களுக்காக நான் நவாரிக்கும்  
'டென்ஷன் free pack' பல விஜயிக்களை  
வியக்க வைத்திருக்கிறது. முகம், கழுத்து  
பகுதி மிகவும் குளிர்ச்சியாக இருக்கும்.

— ஜேமாலம்மன்

(அழகு மற்றும் சிகை அலங்கார  
திபுனர்)

## காதலா

மருத்துவம் படிக்கும் மாணவர்களைப் பின்னணிவாகக் கொண்ட கதை நாடகம். ஆசிரியர்-சிந்தை ஜெயராமன்.  
பக் - 37, விலை ரூ. 20.00

## காலமிது

குழந்தைகளின் மனோ நிலைமை விளக்கும் நூல். ஆசிரியர் - சிந்தை ஜெயராமன்.  
பக் - 159, விலை ரூ. 50.00  
[இரண்டும்- வினோத பதிப்பகம், 7EB, காவலி, கட்டிப்பேரம், திருச்சிவந்தூர் - 602 034]

## எய்ட்ஸ் - விழிப்புணர்வும், தடுப்பு முறைகளும்

எளிய தமிழில் இன்றைக்கு அவசியப் பெரிந்து கொள்ள வேண்டிய தோஷம் பற்றி விளக்கியிருக்கிறார் டாக்டர் கசித்தா.  
பக்-112, விலை ரூ. 20.00  
[மோகன் புத்தக நிலையம், 1 வனவலார் தெரு, பத்மநாப நகர், குளையேடு, சென்னை - 602 094]

## பறந்து போன பக்கங்கள்

மோபஸ் எழுந்தாளர் கோமல் கவாயி நாதனின் வாழ்க்கையோடு ஒட்டிய பல கவரன்ஸமான அனுபவங்கள். அதோடு சமகால இலக்கிய, நாடக, திரை உலக நிழல்களிலும் பதிவு செய்வப்பட்டுள்ளன.  
பக் - 128, விலை ரூ. 8.50

## விதைகள் (பாகம் - 2)

கதைகளையும் மீதிய கவரன்ஸமான உள்லமச் சம்பவங்களை, தான் வாழ்வில் சந்தித்தவைகளைக் கூறுபவர் அனாராதா ரமணன்.  
பக் - 285, விலை ரூ. 54.00  
[இரண்டும்- திருமகள் நிலையம், 55, வெங்கட் நாராயணா ரோடு, தி. நகர், சென்னை - 602 017]

## இலக்குமியின்

# புத்தக வெளியீடு

## வாஸ்து சாஸ்திரம்

மிக விரிவாக விளக்கப்பட்டிருப்பதுடன், திறைப வரை படங்களை யும் வலியுறுத்தப் புரிவதற்காகக் கொடுத்திருக்கிறார் ஸ்வாமி அபயானந்ததீர்தாஸ்.  
பக் - 376, விலை ரூ. 100.00

## ஆயுள் ஆரோக்கியம் அளிக்கும் அற்புத யோகாசனங்கள்

திறைப யோகாசனங்கள் செயலும் முறைகள். அதன் சிறப்பு, பலன், நோய் தீர்ப்பு, பசை என் படங்களுடன் விளக்கியிருக்கிறார் ஸ்வாமி அபயானந்த தீர்தாஸ்.  
பக் - 384, விலை ரூ. 100.00  
[திரை - இலக்குமி நிலையம், 53, வெங்கட் மடம் சாலை, இராஜப்பேட்டை, சென்னை - 11]

## தீங்களும் என் கணித நிபுணர் ஆகலாம்

தேதி, மாதத்தில் பிறந்த பலன், கூட்டு எண் பலன் என் விரிவாகத் தந்துள்ளார் வெ. முத்துக்கிருஷ்ணன்.  
பக் - 232, விலை ரூ. 44.00

## வானத்தில் ஒரு பூத்தோட்டம்

இரு குறநாவல்கள். வேலை தேடி அலைத்த இளைஞனின் கதை. ஆசிரியர் பொன். அருணாசலம்.  
பக் - 372, விலை ரூ. 32.00  
[இரண்டும்- மணிமேகலை பிரசாரம், 6, தனிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 602 017]

## மணப்பத்தாயம்

யுகபாரதியின் கவிதை தொகுப்பு. 'கருக்'கென சமூக அவலங்களைச் சொல்பதிரார்.  
மகமாயிக்கு கோழி மதுரை வீரனுக்கு கெடா - அப்போதிருந்தே வெட்டுக



கட்சிகளும்

இரத்த வீச்சுமும்  
சாமிக்குக் தேந்த கடன்  
பக் - 100, விசை ரூ. 12.00  
(ஆலாம்பலால் பதிப்பகம், 23, பாப்பாத்தி  
அம்மாள் தெரு, கோடம்பாக்கம், சென்னை -  
600 024)

## வள்ளலார் வாழ்க்கையும் தத்துவமும்

வள்ளலாரின் வாழ்க்கை நெறிகள் மற்றும்  
அவர் உணர்ந்து கூறிய சமரச சன்மார்க்க  
நெறி பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறார் கவாமி  
சரவணானந்தா.

பக்-226, விசை ரூ. 45.00

## குறையொன்றுமில்லை

முக்கூர் வசுப்பிதரநிம்மாச்சாரியார் கல்வி  
வார இதழில் எழுதிய முதல்பாகம். நான்கே  
மாதங்களில் இரண்டாம் பதிப்பு வெளியிட  
வேண்டிய அளவு விற்பனையில் சாதனை  
படைத்த நூல். வித்துறு சுற்றுலா நாமம்  
பெருமை கூறும், பத்மவாசனின் அழகிய  
ஒவியங்களுடன்.

பக்-316, விசை ரூ. 75.00  
(இரண்டும்-வானதி பதிப்பகம், 12, திள  
தயாலா தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## ஞானவாசல்

வாழ்வில் ஆனந்தமாக வாழ நம்மை நாம்  
சீர்படுத்திக் கொள்ள வழி கூறும் நூல்.  
ஆசிரியர் விழுமிய ராஜேந்திரன்.

பக் - 138, விசை ரூ. 24.00  
(திருவரக புத்தக நிலையம், 13, தினதயாலா  
தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## அன்புள்ள அச்சமே!

இரண்டு குறுநாவல்கள். சுவாரசியமான  
திருக்கிடவைக்கும் திருப்பங்களுடன் ஓடும்  
மர்மநாவல். ஆசிரியர் - சுபா.

பக்-224, விசை ரூ. 40.00  
(தமிழன் நிலையம், 20, முதது முதலி தெரு,  
இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014)

## ஸ்ரீ வெங்கடேச பெருமாள் வழிபாடு

பொற்றி மாலை, ஸ்ரீ கோவிந்த நாமாவளி

சூரிஸ் '88--180

பொன்றலை. தமிழில் படிக்கவும், தமிழ்க்கவும்  
ஏற்றது.

பக் - 54, விசை ரூ. 10.00

## திருமால் வழிபாடு

திருவாய் மொழி. திருக்குறற் தாண்டகம்  
என இருபத்தெட்டு துறிகள்.

இரண்டும்-தொகுப்பு இரா. இளைய  
பெருமாள்.

(இரண்டும் பதிப்பு-சுருத்தலை நிலையம், 32,  
தூய்ப்ப செட்டி தெரு, மண்ணாடி, சென்னை  
- 600 091)

## படிப்போம் உயர்வோம்

சிறுவர்களுக்கான கதைகள். ஆசிரியர் அ.ச.  
இருஞ்சாள்.

பக் - 71, விசை ரூ. 20.00  
(கண்ணன் வெளியீடு, 4 ஏ.ஏ. ரோடு,  
வியார்சர் நகர், சென்னை - 600 039)

## நவீன முறையில் பெண்களுக்கேற்ற அழகுக் குறிப்புகள்

பிரா சரியாள் அளவு தேர்த்தெடுப்பது  
எப்படி என்பதிலிருந்து பெண்களுக்கேற்ற  
யோகாசனங்கள் வரை கூறியிருப்பவர் வசந்தி  
அம்மாள்.

பக் - 128, விசை ரூ. 24.00  
(மலிவலன் பதிப்பகம், 18, தெத்து பெரு  
மாள் கோவில் முதல் தெரு, வடபழனி,  
சென்னை - 600 026)

## காகிதம்

காகிதம் கொண்டு சிறுவர்கள் செய்யக்  
கூடிய பல்வேறு வீரதை உருவங்கள் பற்றியும்,  
காகிதம் பற்றியும் தொகுத்துக் கூறியிருப்பவர்  
கன் அரவிந்த குப்தா, க. பாலசுருதாதன்.

பக் - 96, விசை ரூ. 25.00

## சைக்கிள்

சைக்கிள் உருவாக்கு. அதன் செயல்பாடு  
கள் எனச் சிறுவர்களுக்குக் கவரும் வகையில்  
தொகுத்திருப்பவர்கள் பி.பி. ரவித்திரன், க.  
பாலசுருதாதன், அ. தேவமாவதி.

பக் - 64, விசை ரூ. 25.00  
(இரண்டும் - அறிவியல் வெளியீடு, 24,  
கெனாய் சாலை, திருவாளியூர், சென்னை  
- 600 041)



ஒரு குறை செலவு செய்து  
இரண்டு குறை பவன் பெறுங்கள் !

# லக்ஷ்மி ஆபீஸ் கார்ட்

நீங்கள் வாங்கும் ஜுவல் காட்டு விலைக்கு ஈடான மதிப்புள்ள முத்து அல்லது பவளம் மற்றும் தள்ளுபடி கூப்பன்னை உடனே பெறுங்கள். 66 மாதங்களுக்கு எங்குமே முத்து நகைகள் வாங்கும்போதெல்லாம் சிறப்புத் தள்ளுபடி பெறுங்கள். 66 மாத இறுதியில் உங்கள் பணத்தைத் திரும்பப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்!

காட்டு வகை	காட்டு விலை	66 மாதத்தில் பெறும் தொகை	காட்டு வாங்கும் போது கிடைக்கும் இலவச அன்பளிப்பு
பேரல் காட்டு	ரூ. 1,000	ரூ. 1,000	50gm முத்து (OR) 10gm பவளம் + ரூ. 2,000 தள்ளுபடி கூப்பன்
கோரல் காட்டு	ரூ. 2,500	ரூ. 2,500	125gm முத்து (OR) 25gm பவளம் + ரூ. 5,000 தள்ளுபடி கூப்பன்
சீம்வர் காட்டு	ரூ. 5,000	ரூ. 5,000	250gm முத்து (OR) 50gm பவளம் + ரூ. 10,000 தள்ளுபடி கூப்பன்

**கூடுதல் ஆதாயங்கள்:**

- எங்கள் ஷோரூமில் வாங்கும் நகைகளுக்கு (தங்க நகை தவிர) 10% சிறப்புத் தள்ளுபடி.
- காட்டு மதிப்புக்கு ஈடான நகைகள் (தங்க நகை தவிர) தவணை முறையில் வாங்கும் வசதி.
- வட்டியின்றி மூன்று தவணைகளில் பணம் செலுத்தும் வசதி.
- தள்ளுபடி கூப்பன்னை மற்றவர்களுக்கு பரிசாக வழங்கலாம். அல்லது நீங்களே எங்குமே முத்து நகைகள் வாங்கும் போது (தங்கம் தவிர) பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.
- வெளியூர் வாடிக்கையாளர்கள் நேராகவைய D.D. அல்லது M.O. மூலம் அனுப்பவும். முத்து / பவளம், தள்ளுபடி கூப்பன்கள் மற்றும் ஜுவல் காட்டுகள் தபாலில் அனுப்பப்படும்.

நீங்கள் வாங்கும் வங்கி ஜுவல் காட்டு மதிப்புக்கு ஈடான தொகை 66 மாத இறுதியில் உங்களுக்கு கிடைக்கும் வகையில் பேங்க் உத்தரவாதம் வழங்கப்படும். இடையில் காசிட மாற்றுவோ, விற்கவோ, பணத்தை திரும்பிக் கொடுக்கவோ இயலாது.

## ஸ்ரீ லக்ஷ்மி முத்து பரிசரிமை

கடை எண் 839, காசி ஆர்கேட் 115, தியாகராஜா சாலை, வடக்கு போகரோடு சத்திப்பு, திருச்சி, சென்னை - 600 017.  
போன் : 8220856.

**கிரெடிட் காட்டுகள் ஒத்துக் கொள்ளப்படும்**

உங்கள்  
பணத்திற்கு  
பேங்க்  
உத்தரவாதம்



**5வது ஆண்டுவிழாவை  
முன்விட்டு 10% - 20% தள்ளுபடி**

ரத்தம், குத்கன், ஜெம்பூரி மாலைகள், துளி ஆபரணங்கள், பிறந்த நூல் ராசி கற்கள், அமெரிக்கன் ஸ்காட் கற்கள், Temple Jewellery, Coral Flower Earrings, Goldseed Jewellery, Hyderabad Gold Foil Beads, Jades, Ruby, Emerald மாலைகள், இவை அனைத்தும் எங்கள் மீட்டர் கொடுத்து.

பிறத்தநூல் ராசி கற்கள் வாங்க முன்பதிவின் பேரில் பேரூதிட ஆலோசனை வழங்கப்படும்.

எங்கள் ரத்த ஆபரணங்களை நீங்கள் வசூலு வாங்கியிருந்தாலும் எங்கள் இலவசமாக படுத்து வாங்கித் தருகிறோம்.

கு 1000-க்கு மேல் நகை  
வாங்குவோருக்கு  
பவன மலர் க்குமம்

**இலவசம்**

**NARAYANA pearls**

1 NAGAR Basement, Kasi Arcade, (Boag Road Junction),  
Near Teynampet Signal & Alayamman Koil,  
110, Sir Thyagaraya Road, T Nagar, Chennai - 17 Ph 825 8714

PURABWALKAM Basement, Vanki Complex,  
Davelon Signal Purabwalkam, Chennai - 7 Ph 5328011



**“ஸ்ரீ சனி பகவானின் மேஷ ராசி பிரவேசம்  
உங்களுக்கு இம்முறை எப்படி இருக்கும்?”**

அன்பிற்குரிய வாசகர்களே,

இம் மகாவிபத்தி ஜோதிட ஆராய்ச்சி கையதறி சாஸ்திர சமீபத்தில் திருவாரூர் ரீதியாக 17.4.98 அன்று நடந்த சனிப் பெயர்ச்சி பலன்னை நாங்கள் மொத்தம் 100 நபர்களுக்கு நேரிடையாக அனுமதி இலவசமாக அவரவர் ராசிக்கு உடனடான பலன்கள் இம்முறை சனிப் பெயர்ச்சியால் எப்படி இருக்கும்? என்பதை மீத தெளிவாக கூறி, உடனே ஜாதக பலன்களும் இலவசமாக கூறப்படும், மேற்கண்ட திட்டத்தில் செர்ந்து புலவர் பெரு இருக்கும் நபர்கள் தங்கள் ஜாதக கடினடன் எங்களிடம் நேரில் வந்து நடை பதிவு செய்து கொள்ளவும்.

மேற்கண்ட திட்டத்தில் சேர விரும்பும் வெளிநாடு நபர்கள் ரூபாய் 5/-க்கு நபர் தனையை ஒரு கலருக்கும் மிக பாதுகாப்புக்காக கவந்து மற்றவர்கள் ஒரு வெளிவந்ததானால் நபர்களின் வீட்டு முகவரியை மிகவும் தெளிவாக எழுதி எங்கள் வீலாசத்துக்கு அனுப்பினால் எங்கள் திரவனத்தின் மூலம் நபர் செய்யப்பட்ட இலவச சனிப் பெயர்ச்சி படிவும் நபர்களுக்கு நபரில் அனுப்பி நாங்ககப்படும். நபர் தனையை தீவகன் எங்களுக்கு அனுப்பும் கவரில் தனியாகத்தான் நாங்க வேண்டும்.

மேலும் நாங்கள் எவ்வித பதிவு கட்டணமும் இல்லாமல் அகனத்து சமூகத்திற்குக்கான வரல்கள் இல்லாப்பகம் ஒன்றை ஏற்படுத்தி, எங்களால் இயன்ற அளவு சில நன்மைகளை செய்து வருகிறோம். எங்கள் திரவனத்தின் மூலம் ஜாதகம் பர்த்து “பலன் அருடத்தவர்கள் பாராட்டுகிறார்கள்,” “நன்மை பெற்றவர்கள் நன்றியைத் தெரிவிக்கிறார்கள்,” இதில் ஏன் தீவனமும் ஒருவராக இருக்கக் கூடாது? மேலும் சில விபரங்களுக்கு நாங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

**“JOTHIDATHILAGAM”**

**T.K.S. RAGHAVAN,**

C/O. SRI MAHALAKSHMI ASTRO-RESEARCH CENTRE,  
H.O. 5/1, Pushpavathi Ammal Street, West Mambalam, Chennai - 600 033.

Ph: 489 85 20, Pager: 9632-707209, Working Hours: 10 A.M. to 6.00 P.M.

(TUESDAY HOLIDAY)









## திருமணமலர் - விளம்பரக் கட்டணம்

பத்திரிகைக் காகிதம், மற்றும் பத்திரிகை அச்சாகத் தேவைப் படும் பொருட்களின் விலைகள் உயர்த்து விட்ட காரணத்தால் திருமணமலர் விளம்பரக் கட்டணம் இந்த மாத மங்கையர் மலர் இதழிலிருந்து முப்பது வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 250/- என திருத்தி அமைக்கப்படுகிறது. முப்பது வார்த்தைகளுக்கு மேற்பட்ட ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் ரூ. 10/- கூடுதல் கட்டணம். (இதில் உயர்வு இல்லை.)

வாசகர்களும் விளம்பரதாரர்களும் முன்னொப்போதும் போல் தொடர்ந்து நல்லாதரவு அளிக்க வேண்டுகிறோம்.

பதிப்பாளர்,  
மங்கையர் மலர்

ably employed. Box No. 14965

Vadama, Bharanwanam, Poorattathi, Kumbha Rasi, 1178 cm/svery fair, dynamic M.Sc (Tech.) Central Government Rs. 18,000/- p.m. propertied widower, she good looking, educated well mannered bride in respectable family. Box No. 14966

Kousham, Sadayam, III, A' very fair, B.Sc., Dip. TA working in Riyadh Rs. 25,800/- p.m. visiting in December '98. Seeks suitable bride Iyengar who's employed preferably in Govt. Reply with horoscope. Box No. 14967

Affluent Brahacharanam, 37 M. Mag. 7000/- annual, Agasthiar, Ashwini 2nd padam, innocent pure (mutual consent), seeks Brahmin girl. (Divorce/widow excuse) Box No. 14968

Thengalai, Sadarayanam, Ashwini, 32/176/19.5. Nil a innocent divorcee without encumbrance, clean skin, seeks good looking, homely, understanding eluate bride. Simple marriage. Box No. 14969

உயர்வு, செவ்வாய்க்குடி, செத்திப்படி, 36/178000/- M.A. (Economics), எக்ஸ்பிரிடிங் என்.டி.யோ, லைட் பிழைத்தல் பணியிலும் மத்த மகனுக்கு, வீதில் இருக்கும் இயல்பு மனமகன் தேவை. ஐந்தாம் மார்ச் 1998. செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14970

புதிதில் அய்யர் பிரதாபசாமி, செவ்வாய்க்குடி, திரைப்படம், 31/170/8000/- மட்டாசி, Debur Bus-Office ஆக பணியிலும் ஐந்து, 25 வருஷத்திற்குள் 10 வருஷங்களாக செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14971

தாய், உயர்வு, மத்தியாசாமி, 18.8.73/172/DNE, லைட் பணியிலும் அய்யர் மத்தியில் செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14972

உயர்வு, செவ்வாய்க்குடி, ருமம், 38/7400/- இரண்டாம்

தோற்றமும் தற்போத்காலத்திலும், இரண்டாம் காலத்திலும் பிழைத்தல் மத்தியில் செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14973

■ Brahacharanam, Haritha, Anusham, III/144/15,000/-p.m. B.Sc., PGDBA, Asst. Manager, Large corporate, young and good looking, smart, clean habits, Chennai based widower no issues, owns flat. Seeks bride. Box No. 14974

■ Vadagalai Iyengar, Kousham, Ravathi, 28/165/7800/-p.m. business, seeks graduate employed girl. Subject no bar. Box No. 14977

■ Alliance invited for her Brahacharanam, Kousham, Rohini, 26/173 cm/s, B.Com (Hons.) 8500/- private employed boy from graduate employed girls. Send horoscope, bio-data to Box No. 14978

■ தாய், உயர்வு, செவ்வாய்க்குடி, செத்திப்படி, 36/178000/- M.A. (Economics), எக்ஸ்பிரிடிங் என்.டி.யோ, லைட் பிழைத்தல் பணியிலும் மத்த மகனுக்கு, வீதில் இருக்கும் இயல்பு மனமகன் தேவை. ஐந்தாம் மார்ச் 1998. செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14979

■ Tall, fair, vegetarian, computer graduate girl for Saiva Pillai, Ph.D., 32, 178 cm/s, Molecular Biologist, Ontario, Canada. Must be willing to go to Canada. Apply with details and horoscope. Box No. 14980

■ Vadagalai, Shatamaryanam, very handsome Rs. 18,000/- p.m., Chief Manager in a leading Bank, Bride upto 37. No expectation, Simple marriage. Reply with horoscope. Box No. 14981

■ தாய், உயர்வு, மத்தியாசாமி, 18.8.73/172/DNE, லைட் பணியிலும் அய்யர் மத்தியில் செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14982

■ இந்து, செவ்வாய்க்குடி, செத்திப்படி, 36/178000/- M.A. (Economics), எக்ஸ்பிரிடிங் என்.டி.யோ, லைட் பிழைத்தல் பணியிலும் மத்த மகனுக்கு, வீதில் இருக்கும் இயல்பு மனமகன் தேவை. ஐந்தாம் மார்ச் 1998. செவ்வாய்க்குடி. செவ்வாய்க்குடி. Box No. 14983

தாங்களின் எழுத்துக் கடிதங்கள், அவர்கள் குறிப்பிடும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரர்களுக்கு அனுப்பப்படும். கடிதங்களுக்கு பதில் எழுதுவது/எழுதவொம் இருப்பது அத்தகை விளம்பரதாரர்கள் விருப்பமே. தங்கள் கடிதங்களை உதவிடம் பெறும் இயலாது.

திருமண மணர் விளம்பர உட்பணத்தை "மங்கையர் மணர்" என்ற பெயரில் கும்பாபாட் புரவியிடாகவோ, உள்நூர் செக்காவவோ அல்லது வேரில் வந்து பணமாகவோ செலுத்தலாம். பேரஸ்டம் ஆர்டர், மணர் ஆர்டர், வெளியூர் செக் முதலியவை ஏற்றுக் கொள்ள இயலாமைக்கு காரணமாகிறது.

Հրապարակումը հնարավոր է դառնալու է միայն  
հետո, եթե ԵՊՀ-ի ԲՈՒՄ-ը, ԱԴԱԿ, ԴԱԶ, ԲՆԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ  
ԵՄ ԳԵՂՈՒՄ, ԳԵՂՈՒՄ, ԲՈՒՄ 2021 թվականին լրացվել է:

Iyer Vadernal, Moudhigalym, Uthiram, handover  
 31/11/74. Bc. Computer employed United States.  
 also gift with MCA/BE/ME/MS computers. R.V.  
 ultham, 71. Balar Man Road, Nagarmahal, Madras.  
 25 019.

perVadernal, Moudhigahyarn, Thiruvathirai, very Rbr.  
V(7)196.PM. Locheror, Chennai seeks employed  
employed gert. P.V. Santaran, 92, Balar Mann Road,  
annalai, Madurai - 625 019.

Brahma, Brahacharyam, Bhavadwajam,  
Bhagavate, 312.5" Ra. 3400/- Sundaram Medical Founda-  
tion (TVS Group) (B.A.) seeks employed bride.  
Quota no bar. V. Narasimhan, 4, B St. Judge Colony,  
Madurai. Sankaravathi Channel - 408 847.

Iyer, Brahmacharanam, Koundinya, Uttiridur, 26/3/PLTech, MNC Bangalore, seeks graduate fair, one loving girl from respectable family. Employed & preferred. Contact P.B. Subramanian, Assistant Executive Engineer, S-4, E.B Camp, 400 KV Sub-station, M.B. Thevar P.O. Salem - 416 301.

Alliance for Ashkenazim, Martha Tye, Chisinau, 1675 B. Carr, working Indian Airlines, Portland, 1980, 1981, formerly graduate. Submits on her. Contact: Brinvaan, P.O. 5, Balasubramanian, Indian Airlines, Portland with details.

Federal, Swatara, Utharatchi, JJ/1500000. Can-  
1 Govt. handicapped boy seeks broad minded girl.  
1 dowry, subject no bar. Contact V. Krishnasamurai,  
J. Sells. Road, Trilicam. Chennai - 600 005

Wanted for MNC employed byr boy, Rohini, yelbarn, 35/5-10" febr, 17.000/- B.Sc., DCE, emged, fair girls with 5.4" and transformable job. Suroch, nishikrishnan, 7. Sham Nilasan, Gokhale Road, southernend, Mandali (Mandali), Mumbai - 400 067.

Cartacher, Visham, 27/163 IIT (M) PG Consultant  
A woman very fair, BSMCA/CA term 1200 upon  
with photo, bio data. Contact: Mani, DE, Arun-  
Sarnat Block 32 Mumbai - 400 063

**Padmarra** (Tanjore Dist.) Kanyakumari, Ponnani, 12/1/78  
a. 22 FIV AMIE Civil Engineer in Singapore with  
status, handsome boy requires professionally qual-  
ified or decently employed girl. Boy visiting India in  
1/78. Advts. for choice and immediate marriage.  
Attn: K. Sridharan, 28, Sixth Cross, Ramalinga-  
pet South Extension, Trichy - 620 017. P: 770041.

Adarsha, Kowlika, 30/165 171, 50000. Reputed pri-  
vate company, Indore (M.P.) Subjects considered,  
plus marriage acceptable. Family details and home-  
work to E. Narasimhan, 28, Balakrishnamurthy

Third Street, Adornthorpe, Charnol - 400 000

[illegible][illegible][illegible]

■ துரை, கோபியன், வவுசிகள், சித்திரை, 32, எல்லைப்பாளையம் கல தொழில் 5000- ஐந்துபட்டாண்டுகள் முன்பே தொடங்கி உட்கொண்டு சந்தைப் பேரவை நிர்வாகிகள், 32, அட்டாவது தெரு, மயிலாடுதுறை - 605 001.

■ சிறப்பம்சம், ஹரித செரத்தியன், 27/160/AIME சுவர்  
7000/- செரத்தியன் கனம்மாவுடன் செலவு செய்ய  
மூன்று மணி நேரம், துறைத்துச் சுண்ணாம்பு.  
Dr. Balakrishnan, B-29-1, Phase 3, New Rayabada HUDCO,  
Near New Tarnala Land, Mysur - 575 108

[illegible]

■ இலா. அழகநகரம், காளத்தி, பூர்வாணி. 32/155/பி-நா-5,500/- தனியார் கட்டுமானம் காளத்தி 30 வார்டுக்குள் தனியார் கட்டுப்பாட்டில் சேர்த்து மத்திய அரசு தனியார் அலுவலக கட்டிடம், 27, சென்னை நகரம் தென். சி.என். கிளம், திருச்சி-827 061. சென். 333561 0402.

■ Well settled Bombay based boy, 47yr, Vedasaram, Purnadaram, 145.11" Five figure salary, own house, graduate, O/p. Hotel Management, Employed. Bombay based girl preferred. Correspond Subramaniam, R.H. No. 5, Marayath, CHS, Sector - 3, AIROLI Near Mumbai. - 400 705 Ph: 7699576 (922).

■ *Int. J. Adm. Serv. Sci.*, 2013, 19(13), 1-4



18,000; employed in California, own house, seeks suitable girl alliance. Send horoscope to Mrs. Lillith Capalickristman, 34-B, Danvers Road, 2nd Floor, California - 700 619.

■ **Sophacharnpatt, Kanchana, Achari, 29108** **Ch.**  
B.Sc. businessstud, 28,000/- plus, seeks graduate,  
bachelor preferably employed girl. Contact 3451053.  
Y.E. Subashchandran, 6, Maruthi, 3rd Street, Shanthi  
Nagar, Adambakkam, Chennai - 60.

**நெல்லை**, 156, அழகநகரம், உதாசி தெருவில் குமார்  
மாணவ், ஆக பணி, 7000/- 18 மணி, தனது தாய்க்கு  
படித்து முடிந்தபின்னர் மாணவரின் தந்தை " சி.எஸ்.  
சுந்தர் எம்.பி.டி. B. Nemeswaryam, "Bokshilva". No. 19,  
3rd, Street, Kharja Nagar, Virugambakam, Chennai - 600  
062. Ph : 4839828.

● **Vadama, Ashraya, Avitaram** (1 padam), fair, handsome, green, 20/10/55, Tech. (MT, Chennai) M.E.S. (Boscon) working Newyork, Finance Company, green card holder, wavy tall, beautiful, fair, well educated bride, working or studying in USA. Respond with horoscope and full bio-data to **M. Subramanyam, 77, Fourth Main Road, Ghandhinagar, Adyar, Chennai - 600 036**

● கோவை கோத்திரம், அடையா, 41, மணலி சித்ர தளம், நடு மதுகுடி சாலைக்கு தெற்கு, கருங்குடி ஸ்டாட் அட்டிஸ், மணலாடு தேவச சமுதாயத் திட்டம் விநியோகமடையும் கோட்டிய் கோத்திரம், எ. மணலாடு, 31, ஏரோடு நகரம் 1st Street, Vysank Nagar, Chennai - 39, 96. - 8813187

[illegible][illegible]

● *Gay clowd habits, sympatric, Yadinghai, Mithraspa*  
Gangayarn, Purnaparn, 33/175, USA, leads very  
much young for his age, needs young looking gradu-  
ate girl of same size below 18. Please apply Mrs.  
Vasanthi Rajan, 1787, Vasanth Colony 1st Street,  
Mint Armandam, Chennai - 600 048 Ph. - 6281154

■ பழையாபிடி, நாடது 27, அவ் தொழில் செய்து கொண்டிருக்கும் படித்த வாதியான வானத்து வேலைகளிலிருந்து இப்போது விலகியிருக்கிறார். தனது தொழிலுடைய இடத்தில் பிழைப்பதன் மூலம் வேலை தொடர, 14 மணிக்கு, ஆர். ஏ.எம்.பி. 157 - 29 பழையாபிடி தனது, குடியிருப்பதில், வேலை 835 005.

■ **Pyar, Yashraj,** North Arcot, Kanchikam, Sivathi, 27/175/18,000. - B Sc, AME Group - 6, Cabinet Secretary Delhi, well qualified, good looking 291 188.

161 cm, from North Arcot, Vadamal only. Can-  
Govi/Kand/LJC employed preferred. M. Subramani  
49, Second Main Road, Kurnaran Nagar, Sri Ayya  
nagar Post, Chennai - 600 111.

● Iyer, Vadanna, Kavalikam, Bharani boy, 36/3.1  
B.Corr/3604/- (reputed carrying) work suitable for  
P. Brinivasa, C/o. P.Vaidyanathan, 48, Om Parvathi  
Street, V.O.C. Nagar, Porumbal, Chennai - 75.

[illegible]

• My boy, Brahacharanan, Marika, Swami, 31st 1980. Self employed, seeks graduate employed, & good looking girl! Eubest acceptable. Gen: Gopalakrishnan, 193, Ramakrishna Mutt Bn. Chennai - 38. Ph: 4973555

[illegible]

• **Francy Fair**, graduate, graduate bride for Army C  
tain Iyer, Vadavra, Hartha, Mirgassurtham, Pili  
nam, Tirunavuk, 18165 fair young & Tech barman  
dette in PVS Meni, Greenpark Agarime  
Kadavurad Road, Kottur - 416 001

[illegible]

■ **டி.டி. பாரதி**, ஸ்டுடென்ட்ஸ் கோர்ட்டியம், தஞ்சாவூர். 31/178/தென்னை ராஜ்யம் ஸ்டு. சி.சி. பாரதி, மணியாசனத்தூர் கோமாளத்தூர் செட்டியார் டி.டி. பாரதியார் கோட்டம் (Tamil Nadu Government) கட்டுப்பாட்டில் சட்ட நடவடிக்கைகள். 3. ஸ்டுடென்ட்ஸ் கோர்ட்டியம், தஞ்சாவூர். 31/178/தென்னை ராஜ்யம் டி.டி. பாரதி, மணியாசனத்தூர் செட்டியார் டி.டி. பாரதியார் கோட்டம் (Tamil Nadu Government) கட்டுப்பாட்டில் சட்ட நடவடிக்கைகள்.

■ **உலகம், இந்தியா, மார்ச் 176, 7000/-** &  
Asst Engineer, Vilam ஸ்டாட், 2-ம் கட்டிடம்,  
சென்னை கலெக்டரேட் மாநகர், தஞ்சை, தஞ.  
மாவட்டம், உலகம் மார்ச் 176ம் கட்டிடம் கட்டிடம் கட்டிடம்  
Bundaram, 38, Old Post Office Street, Vandaloo  
Audiophile Channel - 605 653

■ Graduate employed briefly for Thendral 1993  
37, G.A/31, Mythriapalayam, Hestern, 71  
o, Senior Assistant EDP reputed company, Cher  
Subject no bar. Contact PMS Bharath Kumar,  
'Adithyans', 29th Street, Thillai Ganga Nagar, Chd  
- 600 061

[illegible]





**செந்திரன் குமரமங்கிய, 27/160, ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**செந்திரன் குமரமங்கிய, 27/160, ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**செந்திரன் குமரமங்கிய, 27/160, ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**செந்திரன் குமரமங்கிய, 27/160, ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**Iyer girl, Vedarnal, Bharani, Vennarathuram, 32/160 cm, graduate, fair, good looking innocent divorcee immediately after marriage, seeks suitable well placed divorcee/widower without encumbrance/bachelors from good family upto 37 years Apply Son No. 24554**

**For Vedarnal Iyer, Ganga Gethram, birth 4.8.1969 night 1.10 (1.8.1969 calendar day) Mangli girl, 5.1" slim, very fair, B.Corn + computer diploma, Bharani, birth place Shopal, reputed family settled in Madhya Pradesh. Horoscope, bio-data to Son No. 24561**

**Iyer, fair, Maratha, Ravathi, 37/153/12, 600/- Doctorate Central Senior Scientist, Chennai, not transferable notes, well placed Chennai settled/transferable alliance widower, divorcee excuse. Reply Son No. 24566**

**Alliance for Swarntha Divyatha, Marathi, Brahmin girl, M.A. (Sci.) 24 years, 1" fair, Athya, Krishnaji N padam, invited from suitable bride grooms. Son No. 24567**

**மனாசி பிர்மன், 43, சிங்க, மீனம், ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**தமிழ், துலி, ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**Alliance for Vedarna Iyer girl/Vedhaoka, Uthiradom, Bharani, 31/160 M.Sc, Bank Officer from professionally qualified and decently employed boys. Send horoscope and family details to Son No. 24570**

**Iyer Vedarnal, Bharadwaja, Nagam, age 43, M.Sc, 5.3" height, Bank Officer, seeks suitable groom within 42, preferably Delhi based bank or government service. Subject no bar. Send family details, horoscope optional. Son No. 24571**

**தமிழ், ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**Wanted Brahmin groom, well qualified and set-**

**ted, India abroad, for very fair girl, suitable jatakam Arytham, January 1971/160/M.Sc. Bio Chemistry employed Pharma Research Laboratory, Hyderabad Kangu Vallala Gounder/Iyer parentage. Follow Brahminical custom. Son No. 24574**

**Vedarnal, Bharadwaja, Meekam, Bharani, B.Corn type, shorthand, 22 1st marriage illegal null and void separated on the same day Age below 29 can apply Divorcee excuse. Widowers without issue welcome Son No. 24575**

**மனாசி பிர்மன், 43, சிங்க, மீனம், ஸ்து திவ்யா செந்திரன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**Wanted employed Brahmin groom for 26/150 do musically well trained, Telugu Brahmin, Athya, p. out girl, unencumbered divorcee, may also opt Horoscope with family details to Son No. 24577**

**Thandakal Iyengar, Kavalam, Arytham 4th padam fair girl 26 years, 5.2" M.Sc. Maths, 4000/- State Gov job seeks alliance from State/Central/Bank/LIC/like posted companies employed boys. Subjects no ill Son No. 24578**

**Kamma girl, Modern, padam N, 36/158, 900/- ECPMG, MRCOG part - I good looking, 18, 600/- web doctor/eng/professional in Chennai. Kamma, age 3 to 24 Reply horoscope, bio-data to Son No. 24579**

**27/157/PO/3500/- மனாசி பிர்மன், தனது பாலிதிக் உயர்ப் பரீட்சைக்குப் பிற்பாடு, ஸ்து திவ்யா செந்திரன் குமரமங்கியன், சென்னை : 24550**

**Alliance for Vignam 4th padam, Vedhaoka Iyengar girl Bharadwaja, 34/153 cm, M.A., PGCA from C.A./Eng/Arts/Central/PSU. Subject acceptable Son No. 24601**

**Vanniyakudi Kalaraja, 36/155, 4000/- Government Doctor, innocent divorcee without encumbrance, 6 seeks 4000/50/51 groom. Divorcee/widower acceptable. Reply with details. Son No. 24602**

**For educated, sophisticated girl, Vedarnal, doctor's family, father expired, 26 years, 5.3" private seeks awaits horoscopes of decently well employed boy Buddha jatakam. Subject acceptable. Apply to Son No. 24603**

**Well qualified, settled alliance for well qualified Maratha Gethram, Brahacharanam, Sodayam girl 164 cm, 28. Subjects acceptable. Horoscope Son No. 24604**

**Alliance invited from qualified, well settled Iyer lad for Brahacharanam, Ravathi, Athya, 34/160/300 - slim, fair, beautiful, accomplished, graduate, Polih Iyer girl, settled in Chennai. Subjects no bar. B Son No. 24605**

**Bharadwaja, Brahacharanam, Modern N padam fair, good looking MA English, music veena, unemployed girl 22 years from respectable family, well professionally qualified, unemployed alliance of 25/28 years. Contact Son No. 24606**

**Hindu, vegetarian girl, age 37, B.Sc., M.Ed. of computer qualifications. Presently working as tut in a reputed computer coaching centre, ward**











செயல்பாட்டில் உள்ள கைகள் மூன்று, குழிகள் மூன்று குகைகளில் அந்த இரண்டு கைகள், அம்மூன்று கைகளை ஒரே தகை சூழலில் உட்கார் அமைய வேந்த தெய்வம் கையால் மூன்று கைகள் சூழலில் அமையவேண்டும் என்று குறிப்பிட்டு உள்ளது. கைகள் கைகள் கைகள் கைகள் 62, 174, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000.

■ Hindu Nader parents of status family seek well suited match from same caste for their daughter, graduate, 24/163 yrs. fair and beautiful. Engineers/professionals working abroad or in Delhi preferred. Reply with full details and horoscope to G-49, Third Floor, Kallakki, New Delhi - (11) 819

■ Vadagalai hyangar, Sriwasa Gethram parents seek alliance to their beautiful graduate daughter, 168 cms/ 24 years. Please write to No. 5, Seventh Street, Lake Area, Mungambalam, Chennai - 600 024. Phone : 6104930.

■ மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை 20 மதுரை, 25/5.1" உடல், அழகான, அறிவுறுத்தல் மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ விவாகராத, மதுரை, 25/5.3" உடல், அழகான, அறிவுறுத்தல் மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ Wanted employed educated Vadama boy for girl, Diploma in Commerce, T.T.C., shorthand and typewriting instructor, fair, 5.2" domestically well trained, good personality. Bharadwaja Gethram, Vadama, date of birth 15.1.1961, Ponnalam. Contact S.R. Krishna Iyer, 72, Alagappa Chender Road, Tatchad, Coimbatore - 12. Ph : 434619.

■ Yashina, Bharadwaja, Marjuna Nagar, 20/162/ 3000/- M.Sc., M.Ed., private school teacher, seeks suitable groom India/abroad below 35 only. Send horoscope details, Marjuna, 5/16 East Main Road, Gandhinagar, Vellur - 622 006. Ph : 426354/49319.

■ Alliance invited for Palghat Ashraya, Brahacharanam, B.E. girl, Rahini, 21/165 cms, fair, lovely. Professionals 27 and below preferred. Contact K. Anandakrishnan, 20/93, Karaimalai Nagar, Ramacharan Road, T. Nagar, Chennai - 17 Ph : 4341652.

■ Wanted Iyer boy qualified/employed below 32 yrs. for girl Sriwasa/Vadama, Uthiram (IV padam) B.Com, 26/166 cms. Contact S.R. Swamy, Qm. No. 1-A, St. 38, Sector 4, Gurgaon - 496 001 (H.R.).

■ Geythu Gethram, மதுரை, 34, பழைய மதுரை, 2000/- மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ Palghat Brahmin girl, Vadama, Marichana, Rahini, 21/165 cms, B.E., temporary job, seeks decently employed groom. Contact M. Ramakrishnan, 8, Bruggan Street, Post Office, Chennai - 600 079.

■ Ashaasharan, Kumbhara, Ponnala (2nd padam) 22/156, whoosh, MBBS (Bornday) 7th March, seeks Iyer groom. Subject via bar. Below 30. Doctor/B.S./MCA/CA & Dura, 2, ShaHaja Navara Park, Ambarnath - Ph. 421 502.

■ மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ Wanted alliance from handsome boy decently employed 30. PG/BE/CA/MCA/MSA for very bar, Rahini Iyer (middle year) girl Uthiram - 4, 25/154, B.A. (Bca. Diploma Marketing Management employed in Tata Group Co. Contact No. 51, Civil Aviation Colony Marjuna Nagar, Chennai - 600 061. Tel : 2336915.

■ Alliance invited from decent well employed Brahmin groom for Palghat Brahmin, Vadama, graduate age 24, Vadama, 5.2" unemployed. Contact C.V. Dhanalakshmi, 118, R.R. Mutt Road, Mandaveli Chennai - 600 028. Tel : 4938657 (w) 4337219.

■ Geythu Gethram, மதுரை, 28, மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ Alliance invited for Iyer, Brahacharanam, Kalyapa MBBS. Doctor girl Thiruvannam 1st padam, 17.5.71 doing final year D.D. Subject acceptable. Contact T.R. Srinivasan, 7, Jubilee Street, Uthandurpet - 60 107. Villupuram District. Phone : 94149 - 33763.

மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை, 445, 3rd Main Road, Marjuna Nagar, Bangalore - 10 Ph : 3408228.

■ Bride 30-35 for Brahacharanam/Ashraya, chad had in PG, bachelor owning immovable properties worth Rs. 2 Crores fetching annual income of Rs. 3 lacs on ground around 45 years for his graduate unemployed sister. Reply to Box No. 28451

Printed and published by K. Rajendran at the Bharatham Press on behalf of Bharatham Publications Private Limited. Editor : Mrs. MANJULA RAMESH  
Address : 47, Jawaharal Nehru Road, Ekkaduthangal, Chennai - 600 097  
Telephones — Editorial : 2345624; Circulation Manager : 2345623; Subscription and Advertisment : 2345622; Chief Administrative Officer : 2345621  
Annual Subscription : India Rs. 120/-; Overseas : Rs. 700/- (Air Mail)  
Half Yearly Subscription : India Rs. 60/-; Overseas : Rs. 350/- (Air Mail)

# நவவீத சுவாஸ்திக

டிராஜ்  
கார்ப்பனார்  
ரு 3/- பெறுமானமுள்ள)  
மற்றும்  
டிராஜ்  
ளாஸ்டோ எரேஸர்  
ரு 1.50 பெறுமானமுள்ள)

18/- பெறுமானமுள்ள பத்து நட்ராஜ் 821 பென்சில்சுள் கொண்ட ஒவ்வொரு பேக்கை வாங்கியதும்



## NATARAJ®

BONDED LEAD-HB





# Hatched by an apple

(இந்த பெயரிடப்பட்ட இயைபு)



கம்ப்யூட்டர் தொழில் வளப்புகள் பற்றிய விவரங்கள் அடங்கிய  
புத்தகத்தை இலவசமாக பெற எங்களுக்கு எழுதுங்கள்.



**ங்கள் சித்திக்க வேண்டிய தேரம் இது.**

ங்கள் குழந்தைகளே, உங்களோடு வேறொரு  
பிரத தொழியில் பேசினால் எப்படி உணர்வீர்கள்?

என்கை என்னவென்றால், இன்று நம் உலகம்  
மூலவதும், ஒரு அதி நூதன தொழியில்  
என்கைகளை பரிமாறிக் கொண்டிருக்கின்றது.  
இவையே தொழி-மெய்க்க இயந்த கம்ப்யூட்டர் தொழி-  
ரம், 21ஆம் நூற்றாண்டை நோக்கிச்  
செல்லுகையில், இனி அனைத்துமே கம்ப்யூட்டர்  
த்தினையக் கொண்டு உருவாக்கப்படும், கருங்கச்  
சான்றால், வருங்காலம் என்றாலே கம்ப்யூட்டர்  
ம்தான் என்று கனிக்கலாம்.

ன்? இந்த விளம்பரத்தையே எடுத்துக்  
காண்கங்கள். இதில் தேன்றும் அழகான  
டில் பேர்ட் (Love Bird), ஒரு காம்பாக்ட்  
ல்க்டிரிக்ந்து தருகிக்கப்பட்டு, ஆப்பிள்  
க்டிண்டோஷ் கம்ப்யூட்டர் மூலம் உருவாக்கப்பட்டது.  
தையே, நீங்களும் செய்ய வேண்டுமானால்,  
க்யூட்டர் அறிவொற்றம் இல்லாமல் இயக்க முடியாது.

மேலும், இந்த தினையுதத்தில், கம்ப்யூட்டர்களின்  
ஆதிக்கமே எர்வ வல்லமையடைந்து, நமது புத்தி  
வல்லமையையும், செயல் திறனையும், வேகத்தையும்  
அழிக்கிக் உதவும். ஆகையால், இதற்குப் பிறதும்  
கம்ப்யூட்டரை புறக்கணிப்பீர்- கனையாளாக்,  
பிந்தங்கிடுவீர்கள்.

அது மட்டுமல்ல, உங்கள் குழந்தையின்  
எதிர்காலத்தை ஒவியமாகக் வேண்டுமென்றால்,  
நீங்கள் முதலில் கம்ப்யூட்டர் அணுகுமுறைகளும்,  
அதன் மற்ற தேவைகளும் அறிய வேண்டியது  
மிக அவசியம்.

இவற்றையெல்லாம் அறிந்திட, முதலில் இன்றைய  
கம்ப்யூட்டர் பள்ளிகளைப்பற்றி அலசி ஆராய்ந்து,  
அதன் நலன், பயன்களை தெளிவுபடுத்திக்  
கொள்ளுங்கள். அதற்குப் பிறகே உங்கள்  
குழந்தையின் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சை துவக்கி  
வைங்கள்.

கம்ப்யூட்டரை பற்றி மேலும் விளங்களை அறிந்தி-  
திரும்புலிர்கனையாளாக் எங்களுடன் வாகுங்கள்.  
உங்களுக்கு, ஒரு புதிய அழகான உலகமும்,  
கைத்தத்தையும் திறந்து காட்டிட வழி அமைப்போம்.



**KAASHYAP RADIANT  
InfoSchool**



A Ram Kaashyap Joint Venture with Radiant Systems Inc USA

லாப்டல் றோடு சென்டர் : 283, லாப்டல் றோடு, றாய்ப்மெட்டை, சென்னை 600 014.

போன் : 8233233. ஃபேக்ஸ் : 91-44-8269420.

ஈமெயில் : [krinfoschool@radiants.com](mailto:krinfoschool@radiants.com) இன்டர்னெட் : [www.radiants.com](http://www.radiants.com)

அன்னை நகர் சென்டர் : A-8, இரண்டாவது அமென்சு, ஏவண்டானா அருகில்,  
சென்னை 600 102. டெலிபேக்ஸ் : 6216825

திருச்சி சென்டர் : 3வது மாந், றுமான் சென்டர், தலைமை தூய் திவையம் அருகில்,  
திருச்சி 620 001. டெலிபேக்ஸ் : 410385

**ர் நல்ல ஆசிரியருக்கு ஈடாகுமோ ஒரு வட்சம் புத்தகங்கள்!**

பட்டொளி வீசும் பட்டாடை  
புன்னகை சிந்தும் பொன்னகை  
வழங்கியவர்கள்

**சரவணா  
ஸ்டோர்ஸ்**

**சரவணா ஸ்டோர்ஸ்**

\* தங்கதலைகள் \* ஜி. ஜவுளிகள் \* ஜி. பாத்திரங்கள்

ரெங்கத்தூதன் தெரு. தி. நகர், சென்னை - 600 017.